



MENÚ ABRIL 2026 HUEVO

Menú adaptado, elaborado sin huevo ni productos que lo contengan.

Al final del menú diario se muestra la información de alérgenos.

GPT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Día 1	Día 2	Día 3
		FESTIVO		
			JUEVES SANTO	VIERNES SANTO
Día 6	Día 7	Día 8	Día 9	Día 10
VACACIONES DE SEMANA SANTA				
Día 13	Día 14	Día 15	Día 16	Día 17
1º. Arroz de verduras con coliflor. 2º. Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio. 3º. Lácteo / Pan. 1º. - 2º. Pescado, Crust. (T), Mol. (T) // G. Sulfitos, Apio 3º. Leche / Gluten H.Carb:46g, Azucares:5g, Gras.:12g, G.Sat:5g, Prot:28g, Fibra:16g, Sal:1g, KCal:412	1º. Sopa de ajo con fideos. 2º. Pechuga de pollo empanada y ensalada mézclum con zanahoria, maíz y pepino. 3º. Fruta / Pan integral. 1º. Apio 2º. Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Soja // G. Sulfitos 3º. - / Gluten, Soja H.Carb:18, Azucares:0g, Gras.:16g, G.Sat:2g, Prot:12g, Fibra:11g, Sal:1g, KCal:265	1º. Potaje de garbanzos. 2º. Lomo al horno con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria ecológica y apio. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Gluten 2º. Soja // G. Sulfitos, Apio 3º. - / Gluten H.Carb:92g, Azucares:5g, Gras:28g, G.Sat.:2g, Prot:37g, Fibra:21g, Sal:2g, KCal:776	FESTIVO	
Día 20	Día 21	Día 22	Día 23	Día 24
1º. Lentejas huertanas. 2º. Tilapia al horno con tomate y ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio. 3º. Lácteo / Pan. 1º. Sulfitos, Gluten 2º. Pescado, Crust. (T), Mol. (T) // G. Sulfitos, Apio 3º. Leche / Gluten H.Carb:71, Azucares:16g, Gras.:22g, G.Sat:5g, Prot:28g, Fibra:1g, Sal:2g, KCal:597	1º. Sopa de pescado con fideos. 2º. Pollo al horno y ensalada campestre con tomate, zanahoria y pepino. 3º. Fruta / Pan integral. 1º. Pescado, Crust. (T), Mol. (T) 2º. - // G. Sulfitos 3º. - / Gluten, Soja H.Carb:39g, Azucares:1g, Gras.:18g, G.Sat:3g, Prot:18g, Fibra:15g, Sal:2g, KCal:403	1º. Crema de verduras natural de temporada. 2º. Lomo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos 2º. Soja // G. Sulfitos 3º. - / Gluten H.Carb:35g, Azucares:1g, Gras:10g, G.Sat.:2g, Prot:15g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:318	1º. Ensalada. 1º. Arroz integral meloso con garbanzos ecológicos y judías verdes. 2º. Ventresca de merluza al horno con pisto suave. 3º. Fruta / Pan. E. Sulfitos 1º. Gluten, Sulfitos 2º. Pescado // G. - 3º. - / Gluten H.Carb:1051g, Azucares:12g, Gras:31g, G.Sat.:4g, Prot:23g, Fibra:14g, Sal:2g, KCal:777	JORNADA GASTRONÓMICA DE NAVARRA
Día 27	Día 28	Día 29	Día 30	
1º. Macarrones con verdura y tomate. 2º. Fogonero al horno con ensalada de lechuga, zanahoria, apio y remolacha. 3º. Lácteo / Pan. 1º. - 2º. Pescado, Crust. (T), Mol. (T) // G. Sulfitos, Apio 3º. Leche / Gluten H.Carb:92g, Azucares:11g, Gras.:26g, G.Sat:4g, Prot:18g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:687	1º. Crema de verduras natural de temporada con calabaza. 2º. Albóndigas de pollo al chillindrón con pimiento ecológico y patatas a lo pobre. 3º. Fruta / Pan integral. E. Sulfitos 1º. Sulfitos 2º. Gluten, Soja, Sulfitos // G. Sulfitos 3º. - / Gluten, Soja H.Carb:92g, Azucares:11g, Gras.:26g, G.Sat:4g, Prot:18g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:687	1º. Olla de legumbres. 2º. Filete de merluza a la gallega con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino. 3º. Fruta / Pan. 1º. Gluten, Sulfitos 2º. Pescado, Crust. (T), Mol. (T) // G. Sulfitos 3º. - / Gluten H.Carb:25g, Azucares:1g, Gras:18g, G.Sat.:3g, Prot:10g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:309	1º. Arroz blanco con tomate. 2º. Lomo al horno y ensalada mézclum con zanahoria, maíz y remolacha. 3º. Fruta / Pan. 1º. - 2º. Soja // G. Sulfitos 3º. - / Gluten H.Carb:52, Azucares:18g, Gras.:22g, G.Sat:5g, Prot:32g, Fibra:3g, Sal:3g, KCal:545	

Los martes y viernes se servirá Pan con salvado. El postre lácteo será yogur y se servirán las siguientes frutas manzana, plátano, pera o naranja, entre otras, sujetas a temporalidad

Atención nutricional al comensal: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

