



MENÚ ABRIL 2026 PESCADO

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

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

GPC

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. Sopa de ajo con piñones. 2º. Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T), Apio</i> 2º. <i>Gluten // G. Sulfitos</i> 3º. - / <i>Gluten</i> H.Carb:46g, Azucares:5g, Gras.:12g, G.Sat:5g, Prot:28g, Fibra:16g, Sal:1g, KCal:412	1º. Arroz de verduras con coliflor. 2º. Lomo al horno y ensalada mézclum con zanahoria, maíz y pepino. 3º. Fruta / Pan integral. 1º. - 2º. <i>Soja // G. Sulfitos, Apio</i> 3º. - / <i>Gluten, Soja</i> H.Carb:18, Azucares:0g, Gras.:16g, G.Sat:2g, Prot:12g, Fibra:11g, Sal:1g, KCal:265	1º. Potaje de garbanzos. 2º. Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria ecológica y apio. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Sulfitos, Gluten</i> 2º. <i>Huevo // G. Sulfitos, Apio</i> 3º. - / <i>Gluten</i> 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. Sopa de verdura con lluvia. 2º. Tortilla de patata y ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio. 3º. Lácteo / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T)</i> 2º. <i>Huevo// G. Sulfitos</i> 3º. <i>Leche / Gluten</i> H.Carb:71, Azucares:16g, Gras.:22g, G.Sat:5g, Prot:28g, Fibra:1g, Sal:2g, KCal:597	1º. Lentejas huertanas. 2º. Pavo al horno con tomate y ensalada campestre con tomate, zanahoria y pepino. 3º. Fruta / Pan integral. 1º. <i>Sulfitos, Gluten</i> 2º. <i>Soja // G. Sulfitos, Apio</i> 3º. - / <i>Gluten, Soja</i> 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. <i>Sulfitos</i> 2º. <i>Soja // G. Sulfitos</i> 3º. - / <i>Gluten</i> H.Carb:35g, Azucares:1g, Gras:10g, G.Sat.:2g, Prot:15g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:318	1º. Arroz integral meloso con garbanzos ecológicos y judías verdes. 2º. Hamburguesa al horno con pisto suave. 3º. Fruta / Pan. E. <i>Sulfitos</i> 1º. <i>Gluten, Sulfitos</i> 2º. <i>Sulfitos, Soja // G. -</i> 3º. - / <i>Gluten</i> 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 integrales con verdura y tomate. 2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria, apio y remolacha. 3º. Lácteo / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> 2º. <i>Huevo // G. Sulfitos, Apio</i> 3º. <i>Leche / Gluten</i> 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 chilindrón con pimiento ecológico y patatas a lo pobre. 3º. Fruta / Pan integral. E. <i>Sulfitos</i> 1º. <i>Sulfitos</i> 2º. <i>Gluten, Soja, Sulfitos// G. Sulfitos</i> 3º. - / <i>Gluten, Soja</i> H.Carb:92g, Azucares:11g, Gras.:26g, G.Sat:4g, Prot:18g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:687	1º. Olla de legumbres. 2º. Pavo a la gallega con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Sulfitos</i> 2º. <i>Soja // G. Sulfitos</i> 3º. - / <i>Gluten</i> H.Carb:25g, Azucares:1g, Gras:18g, G.Sat.:3g, Prot:10g, Fibra:11g, Sal:2g, KCal:309	1º. Arroz blanco con tomate. 2º. Tortilla francesa y ensalada mézclum con zanahoria, maíz y remolacha. 3º. Fruta / Pan. 1º. - 2º. <i>Huevo // G. Sulfitos</i> 3º. - / <i>Gluten</i> 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@coesl.es

