



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP LUCIO GIL FAGOAGA - REQUENA

Mayo 2026

Basal



1

FESTIVO

4 Kcal 830 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Lechuga, tomate, olivas (12) y maíz
Macarrones int.c tomate, cebolla y atún (1.4.5.7.1)
Buñuelos de bacalao (4.5)
Postre Fruta ECO **Pan (1.7.10)**

5 Kcal 768 Glú 101 Líp 24 Pro 31
Lechuga, maíz, tomate y pepino
Guisado d magritos c guisantes
Tortilla de patata y cebolla (4)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

6 Kcal 812 Glú 83 Líp 30 Pro 27
Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema de calabacín, cebolla y patatas
Pollo a la cazadora con champiñones (12)
Postre Fruta **Pan int (1.7.10)**

7 Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21
Tosta de tomate y aceite (1.7.8.10)
Ensalada completa mediterránea (4)
Paella de arroz integral con verduras
Postre Fruta ECO **Pan (1.7.10)**

8 Kcal 816 Glú 97 Líp 31 Pro 30
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Potaje de garbanzos c hortalizas ECO
Rodaja de merluza con mahonesa (1.3.4.7.8.12.14)
Postre Fruta **Pan int (1.7.10)**

11 Kcal 852 Glú 92 Líp 33 Pro 41
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Lentejas juliana con verduras ECO (1)
Tortilla francesa y queso (4.8)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

12 Kcal 780 Glú 104 Líp 25 Pro 28
Lechuga, tomate, maíz y olivas (12)
Coditos amatriciana (1.4.7.8.10)
Ventresca merluza a la gallega (1.3.4.5.7.8.14)
Postre Fruta ECO **Pan (1.7.10)**

13 Kcal 709 Glú 97 Líp 23 Pro 26
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Sopa de ave con estrellitas (1.4.7.9.10)
Pollo al horno con patatas rústicas al romero
Postre Fruta **Pan int (1.7.10)**

14 Kcal 771 Glú 116 Líp 22 Pro 22
Pan con aceite y orégano (1.7.8.10.11)
Ensalada d carlota, escarola y garbanzos
Paella valenciana
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

15 Kcal 733 Glú 96 Líp 23 Pro 31
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema de alubias con calabacín
Lomo cinta con pisto (1.7.8.9.10)
Postre Lácteo (8) **Pan int (1.7.10)**

18 Kcal 832 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones integrales Con tomate y atún(1.4.5.7.1)
Nuggets de brócoli (1.4.8)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

19 Kcal 796 Glú 107 Líp 28 Pro 24
Lechuga, tomate, olivas (12) y maíz
Lentejas de la abuela (1.7.12)
Tortilla francesa (4)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

20 Kcal 664 Glú 98 Líp 19 Pro 21
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema de marisco (3.5.12.14)
Alitas de pollo a las finas hierbas
Postre Fruta ECO **Pan int (1.7.10)**

21 Kcal 854 Glú 102 Líp 32 Pro 34
Tosta de queso (1.4.7.8.10)
Ensalada completa valenciana (3.4.5.14)
Arroz del senyoret (3.5.12.14)
Postre Lácteo (8) **Pan (1.7.10)**

22 Kcal 705 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Potaje de garbanzos
Longanizas de magro al horno (7.12)
Postre Fruta **Pan int (1.7.10)**

25 Kcal 887 Glú 110 Líp 31 Pro 25
JORNADA GASTRONÓMICA ITALIA
Espaguetis a la siciliana (1.4.7.8.10)
Huevos en purgatorio gratinados (4.8)
Postre Helado (1.2.7.8) **Pan (1.7.10)**

26 Kcal 773 Glú 109 Líp 22 Pro 23
Tosta de humus (1.7.8.10.11)
Ensalada César (1.2.7.8.11)
Fideuà de marisco (1.3.4.5.7.10.12.14)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

27 Kcal 812 Glú 83 Líp 30 Pro 27
Mezclum, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema vichyssoise
Hamburguesa mixta con chips (7.12)
Postre Fruta ECO **Pan int (1.7.10)**

28 Kcal 769 Glú 96 Líp 25 Pro 23
Tosta de aceite y orégano (1.7.8.10)
Ensalada completa con frutas
Arroz integral a la cubana (4)
Postre Fruta **Pan (1.7.10)**

29 Kcal 752 Glú 101 Líp 27 Pro 22
Lechuga, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO (1)
Filete de merluza en salsa mery (3.5.14)
Postre Fruta **Pan int (1.7.10)**

RECOMENDACIONES DE CENA

Dietistas-Nutricionistas: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)

Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Alérgenos: 1.Gluten 2.F.Cáscara 3.Crustáceos 4.Huevo 5.Pescado 6.Cacahuetes 7.Soja 8.Lech 9.Apio 10.Mostaza 11.Sésamo 12.Sulfitos 13.Altramuces 14.Moluscos





Dilluns

Dimats

CEIP LUCIO GIL FAGOAGA - REQUENA

Maig 2026
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dijous

Divendres

1

FESTIU

4 Kcal 830 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Enciam, tomaca, olives (12) i dacs
Macarrons int. amb tomat, ceba i tonyina(1.4.5.7).
Bunyols de bacallà (4.5)
Postre Fruita ECO **Pa (1.7.10)**

5 Kcal 768 Glú 101 Líp 24 Pro 31
Enciam, dacs, tomaca i cogombre
Guisat de magrets amb pesòls
Truita de creïlla i ceba (4)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

6 Kcal 812 Glú 83 Líp 30 Pro 27
Enciam, tomaca, carlota i brots de soia
Crema de carabasseta, ceba i creïlles
Pollastre a la caçadora amb xampinyons (12)
Postre Fruita **Pa int (1.7.10)**

7 Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21
Torrada de tomata i oli (1.7.8.10)
Amanida completa mediterranea (4)
Paella d'arròs integral amb verdures
Postre Fruita ECO **Pa (1.7.10)**

8 Kcal 816 Glú 97 Líp 31 Pro 30
Enciam, tomaca, dacs i cogombre
Potatge de cigrons amb hortalisses ECO
Rodanxa de lluç amb maionesa (1.3.4.7.8.12.14)
Postre Fruita **Pa int (1.7.10)**

11 Kcal 852 Glú 92 Líp 33 Pro 41
Mesclum, tomaca, carlota i remolatxa
Llenties juliana amb verdures ECO (1)
Truita francesa i formatge (4.8)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

12 Kcal 780 Glú 104 Líp 25 Pro 28
Enciam, tomaca, dacs i olives (12)
Colzets amatriciana (1.4.7.8.10)
Ventresca de lluç a la gallega (1.3.4.5.7.8.14)
Postre Fruita ECO **Pa (1.7.10)**

13 Kcal 709 Glú 97 Líp 23 Pro 26
Enciam, tomaca, dacs i cogombre
Sopa d'au amb estrelles (1.4.7.9.10)
Pollastre al forn amb creïlles rústiques al romer
Postre Fruita **Pa int (1.7.10)**

14 Kcal 771 Glú 116 Líp 22 Pro 22
Pa amb oli i orenga (1.7.8.10.11)
Amanida d carlota, escarola i cigrons
Paella valenciana
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

15 Kcal 733 Glú 96 Líp 23 Pro 31
Mesclum, tomaca, carlota i remolatxa
Crema de fesols blancs amb carabasseta
Llom cinto amb samfaina (1.7.8.9.10)
Postre Lacti (8) **Pa int (1.7.10)**

18 Kcal 832 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Enciam, tomaca, dacs i carlota
Macarrons inte. Amb tomat i tonyina(1.4.5.7.10)
Nuggets de bròcoli (1.4.8)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

19 Kcal 796 Glú 107 Líp 28 Pro 24
Enciam, tomaca, olives (12) i dacs
Llenties de la iaia (1.7.12)
Truita francesa (4)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

20 Kcal 664 Glú 98 Líp 19 Pro 21
Mesclum, tomaca, carlota i remolatxa
Crema de marisc (3.5.12.14)
Aletes de pollastre al forn a les fines herbes
Postre Fruita ECO **Pa int (1.7.10)**

21 Kcal 854 Glú 102 Líp 32 Pro 34
Torrada de formatge (1.4.7.8.10)
Amanida completa valenciana (3.4.5.14)
Arròs del senyoret (3.5.12.14)
Postre Lacti (8) **Pa (1.7.10)**

22 Kcal 705 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Mesclum, tomaca, carlota i remolatxa
Potatge de cigrons
Llonganisses de magre al forn (7.12)
Postre Fruita **Pa int (1.7.10)**

25 Kcal 887 Glú 110 Líp 31 Pro 25
JORNADA GASTRONOMICA ITALIA
Espaguetis siciliana (1.4.7.8.10)
Ous purgatori gratinats (4.8)
Postre Gelat (1.2.7.8) **Pa (1.7.10)**

26 Kcal 773 Glú 109 Líp 22 Pro 23
Tosta d'humus (1.7.8.10.11)
Amanida cesar (1.2.7.8.11)
Fideuà de marisc (1.3.4.5.7.10.12.14)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

27 Kcal 812 Glú 83 Líp 30 Pro 27
Mesclum, tomaca, carlota i brots de soia
Crema vichyssoise
Hamburguesa mixta amb chips (7.12)
Postre Fruita ECO **Pa int (1.7.10)**

28 Kcal 769 Glú 96 Líp 25 Pro 23
Torrada amb oli i orenga (1.7.8.10)
Amanida completa amb fruites
Arròs integral a la cubana (4)
Postre Fruita **Pa (1.7.10)**

29 Kcal 752 Glú 101 Líp 27 Pro 22
Enciam, tomata, carlota i dacs
Llenties amb arròs integral i hortalisses ECO(1)
Filet de lluç amb salsa meri (3.5.14)
Postre Fruita **Pa int (1.7.10)**

RECOMANACIONS DE SOPAR

Dietistes-Nutricionistes: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Al.lèrgens: 1.Gluten 2.Fruits Secs 3.Crustacis 4.Ou 5.Peix 6.Cacauets 7.Soja 8.Llet 9.Api 10.Mostassa 11.Sèsam 12.Sulfits 13.Tramussos 14.Mol.luscós

DINAR

SOPAR



Lunes

Martes

CEIP LUCIO GIL FAGOAGA - REQUENA

Mayo 2026
Bajo en grasa

Miércoles

Jueves

Viernes



1

FESTIVO

4
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Macarrones inte. con tomate, cebolla y atún
Buñuelos de bacalao
Postre Fruta ECO **Pan**

5
Lechuga, maíz, tomate y pepino
Guisado d magritos c guisantes
Tortilla de cebolla
Postre Fruta **Pan**

6
Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema de calabacín cebolla y patatas
Pollo a la cazadora con champiñones
Postre Fruta **Pan integral**

7
Tosta de tomate y aceite
Ensalada completa mediterránea
Paella de arroz integral con verduras
Postre Fruta ECO **Pan**

8
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Potaje de garbanzos con hortalizas ECO
Merluza al horno con verduras
Postre Fruta **Pan integral**

11
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Lentejas juliana con verduras ECO
Tortilla francesa y queso
Postre Fruta **Pan**

12
Lechuga, tomate, maíz y olivas
Coditos amatriciana
Ventresca de merluza a la gallega
Postre Fruta ECO **Pan**

13
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Sopa de ave con estrellitas
Pollo al horno con patatas rústicas al romero
Postre Fruta **Pan integral**

14
Pan con aceite y orégano
Ensalada con carlota, escarola y garbanzos
Paella valenciana
Postre Fruta **Pan**

15
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema alubias blancas con calabacín
Lomo cinta con pisto
Postre Lácteo 0% **Pan integral**

18
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones integrales con tomate y atún
Nuggets de brócoli al horno
Postre Fruta **Pan**

19
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Lentejas juliana
Tortilla francesa
Postre Fruta

20
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema de marisco
Alitas al horno a las finas hierbas
Postre Fruta ECO **Pan integral**

21
Tosta de queso
Ensalada completa valenciana
Arroz del senyoret
Postre Lácteo 0% **Pan**

22
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Potaje de garbanzos
Tortilla de calabacín
Postre Fruta **Pan integral**

25
JORNADA GASTRÓMICA ITALIA
Espaguetis a la siciliana
Huevos en purgatorio gratinados
Postre Helado **Pan**

26
Tosta de humus
Ensalada César
Fideuà
Postre Fruta **Pan**

27
Mezclum, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema vichyssoise
Hamburguesa mixta con verduras
Postre Fruta ECO **Pan integral**

28
Tosta de aceite y orégano
Ensalada completa con frutas
Arroz integral a la cubana
Postre Fruta **Pan**

29
Lechuga, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO
Filete de merluza en salsa mery
Postre Fruta **Pan integral**



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP LUCIO GIL FAGOAGA - REQUENA

Mayo 2026

No cerdo



1

FESTIVO

4
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Macarrones integral con tomate, cebolla y atún
Buñuelos de bacalao
Postre Fruta ECO **Pan**

5
Lechuga, maíz, tomate y pepino
Guisado d verduras c guisantes
Tortilla de patata y cebolla
Postre Fruta **Pan**

6
Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema de calabacín cebolla y patatas
Pollo a la cazadora con champiñones
Postre Fruta **Pan integral**

7
Tosta de tomate y aceite
Ensalada completa mediterránea
Paella de arroz integral con verduras
Postre Fruta ECO **Pan**

8
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Potaje de garbanzos con hortalizas ECO
Rodaja de merluza con mahonesa
Postre Fruta **Pan integral**

11
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Lentejas juliana con verduras ECO
Tortilla francesa y queso
Postre Fruta **Pan**

12
Lechuga, tomate, maíz y olivas
Coditos amatriciana
Ventresca de merluza a la gallega
Postre Fruta ECO **Pan**

13
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Sopa de ave con estrellitas
Pollo al horno con patatas rústicas al romero
Postre Fruta **Pan integral**

14
Pan con aceite y orégano
Ensalada con carlota, escarola y garbanzos
Paella valenciana
Postre Fruta **Pan**

15
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema alubias blancas con calabacín
Bacalao al horno con pisto
Postre Lácteo **Pan integral**

18
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones integrales con tomate y atún
Nuggets de brócoli
Postre Fruta **Pan**

19
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Lentejas juliana
Tortilla francesa
Postre Fruta

20
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema de marisco
Alitas al horno a las finas hierbas
Postre Fruta ECO **Pan integral**

21
Tosta de queso
Ensalada completa valenciana
Arroz del senyoret
Postre Lácteo **Pan**

22
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Potaje de garbanzos
Tortilla de cebolla
Postre Fruta **Pan integral**

25
JORNADA GASTRÓMICA ITALIA
Espaguetis a la siciliana
Huevos en purgatorio gratinados
Postre Helado **Pan**

26
Tosta de humus
Ensalada César
Fideuà
Postre Fruta **Pan**

27
Mezclum, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema vichyssoise
Hamburguesa de coliflor con chips
Postre Fruta ECO **Pan integral**

28
Tosta de aceite y orégano
Ensalada completa con frutas
Arroz integral a la cubana
Postre Fruta **Pan**

29
Lechuga, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO
Filete de merluza en salsa mery
Postre Fruta **Pan integral**



Lunes

Martes

CEIP LUCIO GIL FAGOAGA - REQUENA

Mayo 2026
No gambas

Miércoles

Jueves

Viernes



1

FESTIVO

4
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Macarrones integrales con tomate, cebolla
Buñuelos de bacalao
Postre Fruta ECO **Pan**

5
Lechuga, maíz, tomate y pepino
Guisado d magritos c guisantes
Tortilla de patata y cebolla
Postre Fruta **Pan**

6
Lechuga, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema de calabacín cebolla y patatas
Pollo a la cazadora con champiñones
Postre Fruta **Pan integral**

7
Tosta de tomate y aceite
Ensalada completa mediterránea
Paella de arroz integral con verduras
Postre Fruta ECO **Pan**

8
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Potaje de garbanzos con hortalizas ECO
Pollo plancha con mahonesa
Postre Fruta **Pan integral**

11
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Lentejas juliana con verduras ECO
Tortilla francesa y queso
Postre Fruta **Pan**

12
Lechuga, tomate, maíz y olivas
Coditos amatriciana
Filete de pechuga con cebolla
Postre Fruta ECO **Pan**

13
Lechuga, tomate, maíz y pepino
Sopa de ave con estrellitas
Pollo al horno con patatas rústicas al romero
Postre Fruta **Pan integral**

14
Pan con aceite y orégano
Ensalada con carlota, escarola y garbanzos
Paella valenciana
Postre Fruta **Pan**

15
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema alubias blancas con calabacín
Lomo cinta con pisto
Postre Lácteo **Pan integral**

18
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Maacarrones integrales con tomate y cebolla
Nuggets de brócoli
Postre Fruta **Pan**

19
Lechuga, tomate, olivas y maíz
Lentejas de la abuela
Tortilla francesa
Postre Fruta

20
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Crema de verduras
Alitas al horno a las finas hierbas
Postre Fruta ECO **Pan integral**

21
Tosta de queso
Ensalada completa valenciana
Arroz de verduras
Postre Lácteo **Pan**

22
Mezclum, tomate, zanahoria y remolacha
Potaje de garbanzos
Longanizas de magro al horno
Postre Fruta **Pan integral**

25
JORNADA GASTRÓMICA ITALIA
Espaguetis a la siciliana
Huevos en purgatorio gratinados
Postre Helado **Pan**

26
Tosta de humus
Ensalada César
Fideuà de verduras
Postre Fruta **Pan**

27
Mezclum, tomate, zanahoria y brotes de soja
Crema vichyssoise
Hamburguesa mixta con chips
Postre Fruta ECO **Pan integral**

28
Tosta de aceite y orégano
Ensalada completa con frutas
Arroz integral a la cubana
Postre Fruta **Pan**

29
Lechuga, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO
Filete de pechuga
Postre Fruta **Pan integral**