

ABRIL 2025 MENÚ ESCOLAR - COMIDAS



01 Martes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Arroz al horno
Fruta de temporada

760 Kcal; 97g HC; 27g
P : 29g G

02 Miércoles

Macarrones a la
boloñesa
Tortilla francesa con
ensalada de lechuga
y tomate
Fruta de temporada

828 Kcal; 117g HC;
30g P : 27g G

03 Jueves

Crema de calabacín
(con quesito)
Pollo a la parisina
Fruta de temporada

497 Kcal; 86g HC; 21g
P : 10g G

04 Viernes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Doré de merluza con
ensalada de tomate y
atún
Yogur de sabores

789 Kcal; 103g HC;
39g P : 24g G

07 Lunes

Espaguetis con
tomate y atún
Varitas de merluza
Fruta de temporada

761 Kcal; 104g HC;
33g P : 25g G

08 Martes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con queso
Paella Valenciana
Fruta de temporada

749 Kcal; 105g HC;
31g P : 23g G

09 Miércoles

Hervido valenciano
Lomo con tomate
Yogur de sabores

478 Kcal; 55g HC;
26g P : 17g G

10 Jueves

Potaje de garbanzos
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de tomate
Fruta de temporada

731 Kcal; 82g HC;
36g P : 28g G

11 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz)
Arroz a la cubana
Fruta de temporada

643 Kcal; 99g HC;
17g P : 20g G

14 Lunes

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Merluza rebozada
con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

686 Kcal; 84g HC;
38g P : 22g G

15 Martes

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Hamburguesa de
pollo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

544 Kcal; 47g HC;
36g P : 23g G

16 Miércoles

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Postre lácteo

649 Kcal; 88g HC;
30g P : 19g G

17 Jueves



18 Viernes



21 Lunes

22 Martes

23 Miércoles

24 Jueves

25 Viernes

28 Lunes

29 Martes

30 Miércoles

Macarrones con
tomate y queso
Sardinillas en aceite
con ensalada de
tomate
Fruta de temporada

686 Kcal; 84g HC;
38g P : 22g G

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Tortilla francesa con
ensalada de lechuga
y tomate
Fruta de temporada

649 Kcal; 88g HC;
30g P : 19g G

FRUTA DE TEMPORADA:
Ciruela, fresa, Kiwi, limón, mango, manzana, naranja,
níspero, papaya, pera, piña, plátano y pomelo.

Observaciones:

Los menús están basados en el PLATO SALUDABLE de Harvard: ½ plato verduras; ¼ proteínas (carne, pescado, huevo, legumbres); ¼ HC (patatas, arroz, pasta, etc).
Todos los menús incluyen pan.

¡Si algún niño/a tuviese alguna intolerancia alimentaria a estos alérgenos debe comunicarlo mediante certificado médico para que pueda ser atendido debidamente!

Si desean cualquier consulta o aclaración sobre el menú escolar pregunte en Secretaría. Gracias por su colaboración.

La bebida de preferencia siempre será el agua.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

admin@seculiment.com
686 800 813 – 699 143 675

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-
Nutricionista Nº Col. CODINUCOVA CV00427

ABRIL 2025

MENÚ ESCOLAR - ALÉRGENOS



01 Martes   PLV	02 Miércoles   Trazas de:  	03 Jueves     Trazas de:  	04 Viernes  	
07 Lunes   Trazas de:   	08 Martes    	09 Miércoles	10 Jueves   PLV	11 Viernes 
14 Lunes      Trazas de:    	15 Martes 	16 Miércoles       Trazas de:  	17 Jueves 	18 Viernes 
21 Lunes	22 Martes	23 Miércoles	24 Jueves 	25 Viernes 
28 Lunes	29 Martes    Trazas de:   	30 Miércoles   PLV		

ALÉRGENOS DE OBLIGADA DECLARACIÓN



A TENER EN CUENTA:

El pan que se sirve diariamente, contiene gluten.
 Los días que se sirven postres lácteos, el postre contiene leche.
 Estos dos alérgenos no se han puesto en los cuadros diarios.

Contacto:

admin@secualiment.com
 686 800 813 – 699 143 675

Elaborado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista Nº Col. CODINUCOVA CV00427



ABRIL 2025

MENÚ ESCOLAR - CENAS



01 Martes

Ensalada de garbanzos
Salmón a la plancha
Fruta

02 Miércoles

Puré de patatas
Solomillo de pollo con wok de verduras
Fruta

03 Jueves

Tortilla con jamón y ensalada de lechuga y tomate
Fruta

04 Viernes

Burritos de pollo y verduras
Fruta

07 Lunes

Puré de calabacín
Tortilla francesa
Fruta

08 Martes

Dorada a la plancha con verduras
Fruta

09 Miércoles

Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta

10 Jueves

Salteado de champiñones con ternera a la plancha
Fruta

11 Viernes

Pizza casera de tomate, york, queso y champiñones
Fruta

14 Lunes

Ensalada mixta de maíz y atún
Pechuga de pollo con puré de patata
Fruta

15 Martes

Ensalada de nueces y queso fresco
Merluza con espárragos
Fruta

16 Miércoles

Crema de calabaza
Tortilla de atún
Fruta

17 Jueves



18 Viernes



21 Lunes

22 Martes

23 Miércoles

24 Jueves

25 Viernes

28 Lunes

29 Martes

Puré de calabaza con semillas de lino y queso fresco
Fruta

30 Miércoles

Menestra de verduras con salmón a la plancha
Fruta

Observaciones:

Las cenas están elaboradas teniendo en cuenta los alimentos ingeridos en la comida. Tener en cuenta las alergias e intolerancias alimentarias de vuestros hijos e hijas a la hora de preparar la cena. Utilizar productos frescos y de temporada. Puedes utilizar en tus cenas pan integral.

La bebida de preferencia siempre será el agua. Utiliza aceite de Oliva Virgen Extra.

Contacto:

admin@secualiment.com
686 800 813 – 699 143 675

Elaborado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista Nº Col. CODINUCOVA CV00427

