

SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS INFANTIL



08 Lunes

Sémola de arroz con caldo de verduras
Tortilla francesa con ensalada
Fruta de temporada

429 Kcal; 47g HC; 12g P; 21g G

09 Martes

Crema de lentejas con carne
Pescado a la plancha con ensalada
Fruta de temporada

508 Kcal; 61g HC; 25g P; 18g G

10 Miércoles

Sémola de trigo con caldo de pescado
Tortilla francesa con ensalada
Fruta de temporada

446 Kcal; 47g HC; 16g P; 22g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno con ensalada
Fruta de temporada

385 Kcal; 51g HC; 15g P; 13g G

12 Viernes

Sémola de arroz con caldo de carne
Carne magra con ensalada
Fruta de temporada

425 Kcal; 47g HC; 19g P; 18g G

15 Lunes

Crema de lentejas con verduras
Carne magra con ensalada
Fruta de temporada

532 Kcal; 65g HC; 27g P; 18g G

16 Martes

Sémola de trigo con caldo de pescado
Merluza al horno con ensalada
Fruta de temporada

435 Kcal; 45g HC; 16g P; 21g G

17 Miércoles

Sémola de arroz con caldo de carne
Tortilla francesa con ensalada
Fruta de temporada

440 Kcal; 47g HC; 15g P; 22g G

18 Jueves

Crema de legumbres (alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

354 Kcal; 45g HC; 14g P; 13g G

19 Viernes

Sémola de trigo con caldo de pescado
Huevo con ensalada
Fruta de temporada

446 Kcal; 47g HC; 16g P; 22g G

22 Lunes

Sémola de arroz con caldo de verduras
Nuggets de pollo con ensalada
Fruta de temporada

563 Kcal; 60g HC; 17g P; 28g G

23 Martes

Crema de calabacín (con queso)
Tortilla de patatas con ensalada
Fruta de temporada

411 Kcal; 49g HC; 14g P; 18g G

24 Miércoles

Puré de garbanzos con carne
Pescado con ensalada
Fruta de temporada

525 Kcal; 62g HC; 24g P; 20g G

25 Jueves

Sémola de trigo con caldo de pescado
Carne magra con ensalada
Fruta de temporada

431 Kcal; 47g HC; 20g P; 18g G

26 Viernes

Sémola de arroz con caldo de carne
Tortilla francesa con ensalada
Fruta de temporada

440 Kcal; 47g HC; 15g P; 22g G

29 Lunes

Sémola de trigo con caldo de pescado
Pescado con ensalada
Fruta de temporada

402 Kcal; 47g HC; 15g P; 17g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

352 Kcal; 43g HC; 16g P; 13g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral.

¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

admin@secualiment.com

686 800 813 – 699 143 675

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			Trazas
2º Plato					
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato		PLV	PLV	Trazas	PLV
2º Plato	Trazas				
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato	Trazas				
2º Plato					

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda a la plancha
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla y
tomate)
Pollo a la plancha con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato					
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato					

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
(sin cerdo ni albóndigas)
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Pollo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones con queso
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

Garbanzos a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga rebozada
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con queso
Arroz al horno **(sin
carne de cerdo)**
Fruta de temporada

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Pollo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato			 Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		 Trazas			
2º Plato					 Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			 PLV	 Trazas	 PLV
2º Plato	 Trazas				 PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	 Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427



SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: FRUTOS SECOS



08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
(sin albóndigas)
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga rebozada
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-
Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato	Trazas				PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427



SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: HUEVO Y MARISCO (Crustáceos y Moluscos)



08 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz)
Arroz con tomate y
taquitos de York
Fruta de temporada

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Merluza con ensalada
de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Pollo con ensalada de
tomate y queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda a la plancha
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Fideuà de Pescado
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Lomo con ensalada de
maíz y aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa de caracoles
con merluza y
guisantes
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato	Trazas				PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427



SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: HUEVO



08 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz)
Arroz con tomate y
taquitos de York
Fruta de temporada

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Merluza con ensalada
de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Pollo con ensalada de
tomate y queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda a la plancha
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Lomo con ensalada de
maíz y aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-
Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato	Trazas				PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427

SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: LACTOSA Y TOMATE



08 Lunes

Ensalada completa
(pepino, lechuga, zanahoria y
maíz)
Arroz blanco con
huevo
Fruta de temporada

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
maíz
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con atún
(sin tomate)
Tortilla francesa con
ensalada de pepino
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(pepino, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa **(sin tomate)**
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
pepino
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(pepino, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Pollo a la plancha con
ensalada de pepino y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(SIN queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(pepino, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis con atún
(sin tomate)
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo a la plancha
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato					PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla y
tomate)
Pollo a la plancha con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(SIN queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis con
tomate
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-
Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato			 		
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato		 		 	
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato		 		 	PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427

SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: LEGUMBRES



08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Guiso de arroz con
verduras y carne de ternera y
cerdo
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Arroz a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimiento y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Sémola de arroz con
zanahoria y puerro
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Gandía
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

Guiso de arroz con
verduras, carne de cerdo y
ternera
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa bullabesa
(con pasta, calamar, mejillón,
almejas, merluza y guisantes)
Pechuga rebozada
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato	Trazas				PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427



SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: PLV + MARISCO

(Crustáceos y Moluscos)



08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Pescado
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Pollo a la plancha con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(SIN queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

Garbanzos a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa caracoles con
merluza y guisantes
Pechuga a la plancha
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis con
tomate
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor.
Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-
Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427





	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato					
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato					
2º Plato					
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato					
2º Plato					
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato					

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427



SEPTIEMBRE 2025

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS

MENÚ ESPECIAL: MARISCO

(Crustáceos y Moluscos)



08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas estofadas
(verduras, carne de cerdo y
ternera)
Caballa en aceite y
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate y atún
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Pollo al horno
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Paella valenciana
Fruta de temporada

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Lomo con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones a la
boloñesa
Merluza al horno con
ensalada de lechuga y
tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz caldoso
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Limanda rebozada
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de Pescado
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Nuggets de pollo con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con queso)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
aceitunas
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

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

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa caracoles con
merluza y guisantes
Pechuga rebozada
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

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

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con atún
Espaguetis a la
carbonara
Fruta de temporada

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Lomo con tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato		PLV	Trazas		
2º Plato					
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato					Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato			PLV	Trazas	
2º Plato	Trazas				PLV
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

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

736 Kcal; 108g HC;
19g P; 31g G

09 Martes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Empanados vegetales
y ensalada de lechuga
y tomate
Fruta de temporada

845 Kcal; 89g HC; 48g
P; 33g G

10 Miércoles

Espaguetis con
tomate
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

818 Kcal; 99g HC; 35g
P; 31g G

11 Jueves

Hervido valenciano
Hamburguesa
vegetal
Fruta de temporada

444 Kcal; 63g HC; 17g
P; 13g G

12 Viernes

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

831 Kcal; 117g HC;
34g P; 25g G

15 Lunes

Lentejas a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Queso con ensalada
de lechuga y tomate
Fruta de temporada

687 Kcal; 93g HC; 36g
P; 19g G

16 Martes

Macarrones con
tomate y queso
Empanados vegetales
con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

885 Kcal; 121g HC;
32g P; 30g G

17 Miércoles

Arroz con verduras
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
queso
Fruta de temporada

787 Kcal; 88g HC; 29g
P; 35g G

18 Jueves

Crema de legumbres
(alubias, zanahoria y puerro)
Seitán a la placha
Fruta de temporada

454 Kcal; 61g HC; 21g
P; 13g G

19 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con huevo
Fideuà de verduras
Fruta de temporada

737 Kcal; 103g HC;
31g P; 22g G

22 Lunes

Arroz con verduras
(zanahoria, pimienta, cebolla y
tomate)
Tortilla francesa con
ensalada de tomate y
maíz
Fruta de temporada

832 Kcal; 119g HC;
22g P; 29g G

23 Martes

Crema de calabacín
(con quesito)
Tortilla de patatas con
ensalada de maíz y
lechuga
Fruta de temporada

543 Kcal; 71g HC; 19g
P; 20g G

24 Miércoles

Garbanzos a la jardinera
(zanahoria, patata, cebolla,
puerro, pimienta y espinacas)
Queso con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta de temporada

873 Kcal; 90g HC; 46g
P; 36g G

25 Jueves

Sopa jardinera
Empanados
vegetales
Fruta de temporada

645 Kcal; 66g HC; 51g
P; 20g G

26 Viernes

Ensalada completa
(tomate, lechuga, zanahoria y
maíz) con queso
Arroz con verduras
Fruta de temporada

899 Kcal; 109g HC;
30g P; 38g G

29 Lunes

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

905 Kcal; 107g HC;
24g P; 44g G

30 Martes

Puré de verduras
Tortilla francesa con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

464 Kcal; 59g HC; 25g
P; 14g G

FRUTA DE TEMPORADA:

Arándano, ciruela, cereza, caqui, membrillo, melocotón, melón, sandía, plátano, higo, frambuesa, mora, manzana, uva, piña, granada, mango y pera.

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. Dos veces por semana se sirve pan integral. ¡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.

El agua es la única bebida servida en el comedor. Se utiliza aceite de Oliva o de girasol (en fritura).

Contacto:

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

Valorado por ELODIA PUIG COSTA Dietista-Nutricionista N° Col. CODINUCOVA CV00427



	08 Lunes	09 Martes	10 Miércoles	11 Jueves	12 Viernes
1º Plato			Trazas		
2º Plato		Trazas		Trazas	
	15 Lunes	16 Martes	17 Miércoles	18 Jueves	19 Viernes
1º Plato		Trazas			
2º Plato		Trazas		Trazas	Trazas
	22 Lunes	23 Martes	24 Miércoles	25 Jueves	26 Viernes
1º Plato				Trazas	
2º Plato				Trazas	
	29 Lunes	30 Martes			
1º Plato					
2º Plato	Trazas				

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427





08 Lunes

Filete de ternera con pimiento verde frito
Fruta de temporada

09 Martes

Tortilla francesa con ensalada de tomate y queso feta
Fruta de temporada

10 Miércoles

Gallineta a la plancha con ensalada de pepino y maíz
Fruta de temporada

11 Jueves

Huevo revuelto con tomate, cebolla y calabacín
Fruta de temporada

12 Viernes

Hamburguesa vegetal con lechuga, tomate y queso
Fruta de temporada

15 Lunes

Rape guisado con cebolla y guisantes
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

16 Martes

Tortilla de berenjena
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

17 Miércoles

Hummus de garbanzo con crudité de zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Fruta de temporada

18 Jueves

Salmón a la plancha con ensalada de tomate y pepino
Fruta de temporada

19 Viernes

Pizza casera de York y queso
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

22 Lunes

Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y pepino
Fruta de temporada

23 Martes

Hígado de cordero a la plancha con carpaccio de tomate
Fruta de temporada

24 Miércoles

Ensalada de patata, tomate, pepino y huevo duro
Fruta de temporada

25 Jueves

Bacalao a la cazuela
Ensalada de vegetales frescos
Fruta de temporada

26 Viernes

Cinta de lomo a la plancha con menestra de verduras
Fruta de temporada

29 Lunes

Crep de York y queso con ensalada de pepino
Fruta de temporada

30 Martes

Hamburguesa de pescado con berenjena a la plancha
Fruta de temporada

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 N° Col. CODINUCOVA CV00427

