

SEPTIEMBRE 2026

MENÚ ESCOLAR – COMIDAS INFANTIL



		09 Miércoles Sémola de trigo con caldo de pescado Caballa en aceite con ensalada Fruta de temporada 441 Kcal; 45g HC; 18g P; 21g G	10 Jueves Puré de Lentejas a la jardinera Pollo con ensalada Fruta de temporada 498 Kcal; 64g HC; 21g P; 17g G	11 Viernes Sémola de arroz con caldo de carne Tortilla con ensalada Fruta de temporada 424 Kcal; 45g HC; 13g P; 21g G
14 Lunes Sémola de trigo con caldo de carne Merluza con ensalada Fruta de temporada 371 Kcal; 45g HC; 13g P; 16g G	15 Martes Hervido valenciano triturado Hamburguesa con ensalada Fruta de temporada 408 Kcal; 44g HC; 19g P; 17g G	16 Miércoles Crema de legumbres (Alubias, cebolla y zanahoria) Tortilla de patatas con ensalada Yogur de sabores 421 Kcal; 44g HC; 13g P; 21g G	17 Jueves Sémola de trigo con caldo de pescado Pollo con ensalada Fruta de temporada 407 Kcal; 45g HC; 20g P; 17g G	18 Viernes Sémola de arroz con caldo de carne Merluza con ensalada Fruta de temporada 371 Kcal; 45g HC; 13g P; 16g G
21 Lunes Sémola de trigo con caldo de carne Merluza con ensalada Fruta de temporada 371 Kcal; 45g HC; 13g P; 16g G	22 Martes Crema de calabacín (con queso) Pollo al horno Yogur de sabores 328 Kcal; 41g HC; 11g P; 13g G	23 Miércoles Puré de Garbanzos a la jardinera Tortilla de atún con ensalada Fruta de temporada 548 Kcal; 63g HC; 19g P; 24g G	24 Jueves Sémola de arroz con caldo de verduras Pollo con ensalada Fruta de temporada 390 Kcal; 45g HC; 16g P; 16g G	25 Viernes Sémola de trigo con caldo de pescado Queso fresco con ensalada Fruta de temporada 335 Kcal; 46g HC; 13g P; 11g G
28 Lunes Puré de lentejas Caballa en aceite con ensalada Fruta de temporada 543 Kcal; 63g HC; 25g P; 21g G	29 Martes Hervido Valenciano triturado Pollo con ensalada Fruta de temporada 392 Kcal; 44g HC; 16g P; 16g G	30 Miércoles Sémola de arroz con caldo de verdura Tortilla francesa con ensalada Fruta de temporada 412 Kcal; 45g HC; 11g P; 21g 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
Nº Col. CODINUCOVA CV00427





		09 Miércoles	10 Jueves	11 Viernes		
1º Plato		Trazas 		 PLV 		
2º Plato						
		14 Lunes	15 Martes	16 Miércoles	17 Jueves	18 Viernes
1º Plato		Trazas  PLV 			Trazas 	 PLV 
2º Plato						
		21 Lunes	22 Martes	23 Miércoles	24 Jueves	25 Viernes
1º Plato		Trazas  PLV 				Trazas 
2º Plato				 		
		28 Lunes	29 Martes	30 Miércoles		
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

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



SEPTIEMBRE 2026

MENÚ ESCOLAR - CENAS



09 Miércoles

Cinta de lomo con
menestra de verduras
cocidas
Fruta de temporada

10 Jueves

Revuelto de
espinacas con
ensalada de maíz
Fruta de temporada

11 Viernes

Pizza de tomate
natural y jamón
serrano con
ensalada verde
Fruta de temporada

14 Lunes

Tortilla francesa con
judías salteadas con
ajos
Fruta de temporada

15 Martes

Dorada al horno con
cebolla, zanahoria y
calabacín
Fruta de temporada

16 Miércoles

Filete de ternera con
pimientos verdes
Fruta de temporada

17 Jueves

Pisto de tomate con
queso fresco
Fruta de temporada

18 Viernes

Hamburguesa
vegetal con ensalada
de tomate
Fruta de temporada

21 Lunes

Hígado de cordero
con berenjena asada
Fruta de temporada

22 Martes

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

23 Miércoles

Solomillo de pavo con
brócoli al vapor
Fruta de temporada

24 Jueves

Tortilla de espárragos
verdes
Fruta de temporada

25 Viernes

Crema de verduras
con fiambres
variados
Fruta de temporada

28 Lunes

Tortilla de cebolla y
calabacín con
ensalada de tomate
Fruta de temporada

29 Martes

Rape a la marinera
con ensalada de
pepino
Fruta de temporada

30 Miércoles

Escalope de cerdo
con verduras variadas
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
 Nº Col. CODINUCOVA CV00427

