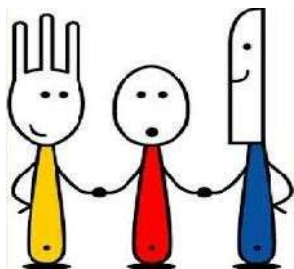


Valoración Nutricional

Menú Abril 2026

| | LUNES 6 | MARTES 7 | MIÉRCOLES 8 | JUEVES 9 | VIERNES 10 |
|---------------------|---|--|---|--|---|
| DESYUNO | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada. | Zumo de fruta Galletas Leche con cacao | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada |
| MEDIA MAÑANA | Bocadillo | | | | |
| COMIDA | Arroz con tomate Salmón al horno con Ensalada Fruta (735 Kcal) | Sopa de Cocido Cocido de Garbanzos Fruta (547 Kcal) | Crema de verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur (779 Kcal) | Patatas guisadas Pollo al Limón con ensalada Fruta (574 Kcal) | Pasta integral con queso Merluza al horno con champiñones Fruta (695 Kcal) |
| MERIENDA | Fruta y yogur | | | | |
| CENA | Ensalada Solomillo de cerdo a la plancha Fruta (466 Kcal) | Pollo al horno con patata y guisantes Yogur (489 Kcal) | Fideua de pescado Fruta (562 Kcal) | Patata rellena Fruta (511 Kcal) | Ensalada de patata cocida, tomate, atún y guisantes Fruta (462 Kcal) |

| | Total semanal | Media diaria |
|----------------------------|---------------|--------------|
| Energía | 9647 | 1929.4 |
| Proteínas | 434.5 | 86.9 |
| Hidratos de carbono | 1118.4 | 223.6 |
| Lípidos | 380.9 | 76.18 |
| Colesterol | 1427 | 285.4 |
| Fibra | 112 | 22.4 |

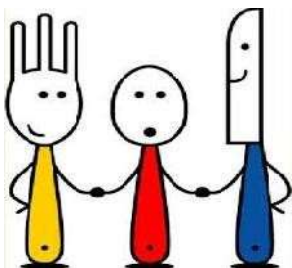


Valoración Nutricional

Menú Abril 2026

| | LUNES 13 | MARTES 14 | MIÉRCOLES 15 | JUEVES 16 | VIERNES 17 |
|---------------------|--|--|--|---|--|
| DESYUNO | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada. | Zumo de fruta Galletas Leche con cacao | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada |
| MEDIA MAÑANA | Fruta y Yogur | | | | |
| COMIDA | Lentejas estofadas Tortilla francesa con Ensalada Fruta (696 Kcal) | Espaguetis con bonito Bacalao con pisto Fruta (692 Kcal) | Guisantes Lomo asado con ensalada Yogur (573 Kcal) | Arroz integral con pollo Atún con soja Fruta (582 Kcal) | Menestra Carrilleras con ensalada Fruta (680 Kcal) |
| MERIENDA | Bocadillo | | | | |
| CENA | Sandwich y ensalada. Fruta. (573 Kcal) | Salteado verduras con carne. Fruta. (433 Kcal) | Sopa de fideos. Pescado con patata. Fruta (614 Kcal) | Puré de verduras Tortilla francesa Fruta (581 Kcal) | Puré de verduras. Filete Fruta (455 Kcal) |

| | Total semanal | Media diaria |
|----------------------------|---------------|--------------|
| Energía | 9783.7 | 1956.74 |
| Proteínas | 430.4 | 86.08 |
| Hidratos de carbono | 1073.5 | 214.7 |
| Lípidos | 411.5 | 82.3 |
| Colesterol | 1551.8 | 310.3 |
| Fibra | 123 | 24.6 |

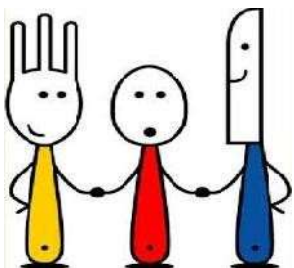


Valoración Nutricional

Menú Abril 2026

| | LUNES 20 | MARTES 21 | MIÉRCOLES 22 | JUEVES 23 | VIERNES 24 |
|---------------------|--|--|--|---|---|
| DESYUNO | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada. | Zumo de fruta Galletas Leche con cacao | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada |
| MEDIA MAÑANA | Yogur y Fruta | | | | |
| COMIDA | Paella Fogonero con Cebolla Confitada Fruta (669 Kcal) | Fabinas con marisco Pavo guisado con ensalada Fruta (651 Kcal) | Ensalada de pasta integral Salmón al horno con espárragos Fruta (688 Kcal) | Crema de zanahoria Ragout con ensalada Yogur (737 Kcal) | Sopa de fideos Tortilla de patata con ensalada Fruta (831 Kcal) |
| MERIENDA | Bocadillo | | | | |
| CENA | Ensalada de tomate Lomo de cerdo Yogur (541 Kcal) | Sopa de fideos Pescado con verduras Fruta (568 Kcal) | Arroz con verduras Yogur (525 Kcal) | Revuelto de 1 huevo con verduras Fruta (424 Kcal) | Champiñones salteados con pollo a la plancha Fruta (434 Kcal) |

| | Total semanal | Mediadiaria |
|----------------------------|---------------|-------------|
| Energía | 10399 | 2079.8 |
| Proteínas | 470.7 | 94.14 |
| Hidratos de carbono | 1138 | 227.6 |
| Lípidos | 439 | 87.6 |
| Colesterol | 1481 | 296.2 |
| Fibra | 112 | 22.4 |



Valoración Nutricional

Menú Abril 2026

| | LUNES 27 | MARTES 28 | MIÉRCOLES 29 | JUEVES 30 | |
|---------------------|--|--|---|---|--|
| DESAYUNO | Zumo de fruta Leche con cacao Pan con mermelada | Zumo de fruta Galletas Leche con cacao | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | Zumo de fruta Leche con cacao Cereales | |
| MEDIA MAÑANA | Yogur y Fruta | | | | |
| COMIDA | Fréjoles Escalopines con ensalada Fruta (610 Kcal) | Caracolas con tomate Merluza al Horno con brócoli Fruta (625 Kcal) | Arroz con carne Huevos a la mimosa Fruta (700 Kcal) | Garbanzos con verduritas Bacalao al horno con ensalada Yogur (609 Kcal) | |
| MERIENDA | Bocadillo | | | | |
| CENA | Sopa de fideos Huevo a la plancha Fruta (597 Kcal) | Ensalada de tomate Filete de ternera Fruta (451 Kcal) | Salteado de verduras con pollo Fruta (432 Kcal) | Fréjoles con patata Pescado Fruta (439 Kcal) | |

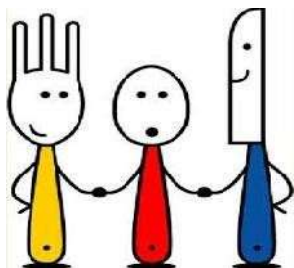
| | Total semanal | Mediadiaria |
|----------------------------|---------------|-------------|
| Energía | 7600 | 1900 |
| Proteínas | 342 | 85.5 |
| Hidratos de carbono | 876 | 219 |
| Lípidos | 307.4 | 76.85 |
| Colesterol | 1337 | 334 |
| Fibra | 87.5 | 21.87 |

NOTA:

La valoración nutricional está realiza en base a la media de edades de los escolares y gramajes necesarios.

Se ha tenido en cuenta para dicha valoración, una ración de pan tanto para la comida como para las cenas y, como bebida, agua.





Valoración Nutricional

Menú Abril 2026

DIETAS, ALERGIAS, INTOLERANCIAS

Cada vez es más común que las personas deban o deseen seguir un tipo de dieta específica, es por ello que en **ALIU RESTAURACIÓN** CONFECCIONAMOS MENÚS ADECUADOS A SUS NECESIDADES:

Dieta hipocalórica

Dieta para celíacos

Dieta para diabéticos

Dieta astringente Dieta para alérgicos

Dietas marcadas por sus convicciones personales y/o religiosas

Etc.

Las alergias pueden comunicárnoslas a través del colegio o bien mandándonos un e-mail a nuestra dirección: info@aliumrestauracion.com.

En el mismo momento de ser recibidas se la haremos llegar a nuestro equipo de cocina.

La valoración Nutricional ha sido elaborada por **Carolina Muñiz Rodríguez**, **Nutricionista y Dietista**.

Para cualquier consulta, duda, sugerencia o aclaración pueden contactar con ella a través de la dirección: info@aliumrestauracion.com.

