

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ DE COMEDOR

OCTUBRE 2026

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

ESTUDIANTES NURSERY SCHOOL

0, 1 Y 2 AÑOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
kcal media semanal: 439 CH:60.3 G:14.6 P:16.5				
			1 Kcal: 420 CH:57.8 G:14 P:15.8 **PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEANS WITH VEGETABLES PUREE* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **FRUTA** *FRUIT*	**2** Kcal: 458 CH:62.9 G:15.3 P:17.2 **PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEEF WITH VEGETABLES PUREE* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 438.2 CH:60.3 G:14.6 P:16.4				
5 Kcal: 447 CH:61.5 G:14.9 P:16.8 **PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *LENTILS WITH VEGETABLES PUREE* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**6** Kcal: 436 CH:59.9 G:14.5 P:16.4 **PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *CHICKEN AND VEGETABLES PUREE* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** Kcal: 450 CH:61.9 G:15 P:16.8 **PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *HAKE WITH VEGETABLES PUREE* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **FRUTA** *FRUIT*	**8** Kcal: 430 CH:59.1 G:14.3 P:16.1 **PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *CHICKPEAS AND VEGETABLES PUREE* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**9** Kcal: 428 CH:58.8 G:14.3 P:16.1 **PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEEF AND VEGETABLES PUREE* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA** *JARDINERE MEATBALLS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 435.5 CH:58.8 G:14.5 P:16.3				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** Kcal: 441 CH:60.6 G:14.7 P:16.5 **PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *LENTILS WITH VEGETABLES PUREE* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *BROCCOLI WITH PESTO* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**14** Kcal: 439 CH:60.4 G:14.6 P:16.5 **PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *TURKEY AND VEGETABLES PUREE* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **FRUTA** *FRUIT*	**15** Kcal: 427 CH:58.7 G:14.2 P:16.1 **PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *COD AND VEGETABLES PUREE* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **FRUTA** *FRUIT*	**16** Kcal: 435 CH:59.8 G:14.5 P:16.3 **PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEANS WITH VEGETABLES PUREE* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 436 CH:59.9 G:14.5 P:16.4				
19 Kcal: 444 CH:61.1 G:14.8 P:16.7 **PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEEF AND VEGETABLES PUREE* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO** *OVEN-BAKED CRISPY COD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** Kcal: 425 CH:58.4 G:14.2 P:15.9 **PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *LENTILS WITH VEGETABLES PUREE* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* **LOMO A LA PLANCHA** *GRILLED PORK LOIN* **FRUTA** *FRUIT*	**21** Kcal: 450 CH:61.8 G:15 P:16.8 **PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *CHICKEN AND VEGETABLES PUREE* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **FRUTA** *FRUIT*	**22** Kcal: 426 CH:58.5 G:14.2 P:15.9 **PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *HAKE WITH VEGETABLES PUREE* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **FRUTA** *FRUIT*	**23** Kcal: 435 CH:59.8 G:14.5 P:16.3 **PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *CHICKPEAS AND VEGETABLES PUREE* **TALLARINES A LA CREMA** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 437.4 CH:60.1 G:14.6 P:16.4				
26 Kcal: 430 CH:59.1 G:14.3 P:16.1 **PURÉ DE HUEVO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *EGG WITH VEGETABLES PUREE* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **FRUTA** *FRUIT*	**27** Kcal: 441 CH:60.6 G:14.7 P:16.5 **PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *TURKEY AND VEGETABLES PUREE* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **FRUIT**	**28** Kcal: 439 CH:60.4 G:14.6 P:16.4 **PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS** *COD AND VEGETABLES PUREE* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **FRUIT**	**29** Kcal: 445 CH:61.2 G:14.8 P:16.7 **PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEANS WITH VEGETABLES PURE* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS** **FRUIT**	**30** Kcal: 432 CH:59.4 G:14.4 P:16.2 **PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS** *BEEF AND VEGETABLES PUREE* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

INFANTIL Y PRIMARIA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 647 CH:88.9 G:21.6 P:24.3				
			1 *Kcal: 631 CH:86.8 G:21 P:23.7* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 663 CH:91.2 G:22.1 P:24.9* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 646.2 CH:88.9 G:21.5 P:24.2				
5 *Kcal: 645 CH:88.7 G:21.5 P:24.2* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 644 CH:88.6 G:21.5 P:24.2* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 663 CH:91.2 G:22.1 P:24.8* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 635 CH:87.3 G:21.2 P:23.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 644 CH:88.6 G:21.5 P:24.2* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA** *JARDINERE MEATBALLS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 646 CH:88.8 G:21.5 P:24.2				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 655 CH:90.1 G:21.8 P:24.6* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 646 CH:88.8 G:22.5 P:24.2* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 633 CH:87.1 G:21.1 P:23.7* **CREMA ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 650 CH:89.3 G:21.7 P:24.4* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 646.2 CH:88.8 G:21.5 P:24.2				
19 *Kcal: 658 CH:90.5 G:21.9 P:24.7* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO** *OVEN-BAKED CRISPY COD* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 633 CH:87 G:21.1 P:23.7* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 663 CH:91.2 G:22.1 P:24.9* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 638 CH:87.7 G:21.3 P:23.9* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 639 CH:87.9 G:21.3 P:23.9* **TALLARINES A LA CREMA** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 650.8 CH:89.5 G:21.7 P:24.4				
26 *Kcal: 635 CH:87.3 G:21.2 P:23.8* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 658 CH:90.4 G:21.9 P:24.7* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 654 CH:89.9 G:21.8 P:24.5* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 659 CH:90.6 G:21.9 P:24.7* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 648 CH:89.1 G:21.6 P:24.3* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

SECUNDARIA Y BACHILLERATO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 854.5 CH:117.5 G:28.3 P:32				
			1 *Kcal: 840 CH:115.5 G:28 P:31.5* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 869 CH:119.5 G:28.9 P:32.6* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 858.2 CH:118 G:28.6 P:32.2				
5 *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 863 CH:118.6 G:28.7 P:32.4* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 847 CH:116.4 G:28.2 P:31.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA** *JARDINERE MEATBALLS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 852.5 CH:117.2 G:28.4 P:31.9				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 855 CH:117.6 G:28.5 P:32.1* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 847 CH:116.5 G:28.2 P:31.8* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 855.6 CH:117.6 G:28.5 P:32.1				
19 *Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3* **ARROZ CON TOMATE CASERO***RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO** *OVEN-BAKED CRISPY COD* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 845 CH:116.2 G:28.2 P:31.7* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.9* **TALLARINES A LA CREMA** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 861 CH:118.3 G:28.7 P:32..3				
26 *Kcal: 841 CH:115.6 G:28 P:31.5* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 880 CH:121 G:29.3 P:33* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 866 CH:119.1 G:28.8 P:32.5* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

Colegiados número CV00385 y CV01965

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

ALERGIA AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 854.5 CH:117.5 G:28.3 P:32				
			1 *Kcal: 840 CH:115.5 G:28 P:31.5* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 869 CH:119.5 G:28.9 P:32.6* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 858.2 CH:118 G:28.6 P:32.2				
5 *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO (SIN HUEVO)** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE (EGG FREE)* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 863 CH:118.6 G:28.7 P:32.4* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO (SIN HUEVO)** *STEW SOUP (EGG FREE)* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 847 CH:116.4 G:28.2 P:31.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS (SIN HUEVO)** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES (EGG FREE)* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (SIN HUEVO)** *JARDINERE MEATBALLS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 852.5 CH:117.2 G:28.4 P:31.9				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 855 CH:117.6 G:28.5 P:32.1* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **BACALAO CON TOMATE** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 847 CH:116.5 G:28.2 P:31.8* **FUSILLI A LA NAPOLITANA (SIN HUEVO)** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 855.6 CH:117.6 G:28.5 P:32.1				
19 *Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **BACALAO AL HORNO** *OVEN-BAKED CRISPY COD* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 845 CH:116.2 G:28.2 P:31.7* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO (SIN HUEVO)** *STEW SOUP (EGG FREE)* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.9* **TALLARINES A LA CREMA (SIN HUEVO)** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 861 CH:118.3 G:28.7 P:32..3				
26 *Kcal: 841 CH:115.6 G:28 P:31.5* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 880 CH:121 G:29.3 P:33* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE (EGG FREE)** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 866 CH:119.1 G:28.8 P:32.5* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS (EGG FREE)** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

ALERGIA AL PESCADO Y EL MARISCO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 854.5 CH:117.5 G:28.3 P:32				
			1 *Kcal: 840 CH:115.5 G:28 P:31.5* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 869 CH:119.5 G:28.9 P:32.6* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN** *SCRAMBLED EGGS WITH HAM* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 858.2 CH:118 G:28.6 P:32.2				
5 *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE* **TORTILLA DE CALABACÍN** *ZUCCHINI OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 863 CH:118.6 G:28.7 P:32.4* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 847 CH:116.4 G:28.2 P:31.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **LOMO CON PIMIENTOS** *PORK LOIN WITH PEPPERS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA** *JARDINERE MEATBALLS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 852.5 CH:117.2 G:28.4 P:31.9				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *BROCCOLI WITH PESTO* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 855 CH:117.6 G:28.5 P:32.1* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 847 CH:116.5 G:28.2 P:31.8* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **TORTILLA DE QUESO** *CHEESE OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 855.6 CH:117.6 G:28.5 P:32.1				
19 *Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **HUEVOS CON JAMÓN** *EGGS WITH HAM* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 845 CH:116.2 G:28.2 P:31.7* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.9* **TALLARINES A LA CREMA** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **TORTILLA DE CALABACÍN** *ZUCCHINI OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 861 CH:118.3 G:28.7 P:32..3				
26 *Kcal: 841 CH:115.6 G:28 P:31.5* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **GRILLED CHICKEN** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 880 CH:121 G:29.3 P:33* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 866 CH:119.1 G:28.8 P:32.5* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **ROAST PORK LOIN** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

CELÍACO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 854.5 CH:117.5 G:28.3 P:32				
			1 *Kcal: 840 CH:115.5 G:28 P:31.5* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 869 CH:119.5 G:28.9 P:32.6* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 858.2 CH:118 G:28.6 P:32.2				
5 *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO (SIN GLUTEN)** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE (GLUTEN FREE)* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 863 CH:118.6 G:28.7 P:32.4* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA (SIN GLUTEN)** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE (GLUTEN FREE)* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO (SIN GLUTEN)** *STEW SOUP (GLUTEN FREE)* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 847 CH:116.4 G:28.2 P:31.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS (SIN GLUTEN)** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES (GLUTEN FREE)* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (SIN GLUTEN)** *JARDINERE MEATBALLS (GLUTEN FREE)* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 852.5 CH:117.2 G:28.4 P:31.9				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 855 CH:117.6 G:28.5 P:32.1* **ALUBIAS ESTOFADAS** *STEWED BEANS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 847 CH:116.5 G:28.2 P:31.8* **FUSILLI A LA NAPOLITANA (SIN GLUTEN)** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA (GLUTEN FREE)* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 855.6 CH:117.6 G:28.5 P:32.1				
19 *Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **BACALAO AL HORNO** *BAKED COD* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 845 CH:116.2 G:28.2 P:31.7* ***CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES*** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO (SIN GLUTEN)** *STEW SOUP (GLUTEN FREE)* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.9* **TALLARINES A LA CREMA (SIN GLUTEN)** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE (GLUTEN FREE)* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 861 CH:118.3 G:28.7 P:32..3				
26 *Kcal: 841 CH:115.6 G:28 P:31.5* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 880 CH:121 G:29.3 P:33* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE (GLUTEN FREE)** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ENGLISH WEEK** **GARBANZOS ESTOFADOS** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 866 CH:119.1 G:28.8 P:32.5* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS (GLUTEN FREE)** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS (GLUTEN FREE)** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

INTOLERANTE A LA LACTOSA
ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LA LECHE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 854.5 CH:117.5 G:28.3 P:32				
			1 *Kcal: 840 CH:115.5 G:28 P:31.5* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **POLLO AL LIMÓN Y ROMERO** *LEMON AND ROSEMARY CHICKEN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 869 CH:119.5 G:28.9 P:32.6* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **SALMÓN AL HORNO** *OVEN-BAKED SALMON* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 858.2 CH:118 G:28.6 P:32.2				
5 *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ESPAGUETIS CON AJO** *SPAGHETTI WITH GARLIC* **MERLUZA AL VAPOR CON SALSA VERDE** *STEAMED HAKE WITH GREEN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 863 CH:118.6 G:28.7 P:32.4* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **POLLO CON VERDURAS Y SOJA** *CHICKEN WITH VEGETABLES AND SOY SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 847 CH:116.4 G:28.2 P:31.8* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **ZARZUELA DE PESCADO CON PATATAS** *FISH ZARZUELA WITH POTATOES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA** *JARDINERE MEATBALLS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 852.5 CH:117.2 G:28.4 P:31.9				
12 **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **FILETE RUSO EN SALSA** *HOMEMADE BEEF PATTY IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 855 CH:117.6 G:28.5 P:32.1* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA** *GRILLED CHICKEN BREAST* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 847 CH:116.5 G:28.2 P:31.8* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **FILETE GALLO AL LIMÓN** *LEMON SOLE FILLET* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 855.6 CH:117.6 G:28.5 P:32.1				
19 *Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO** *OVEN-BAKED CRISPY COD* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 845 CH:116.2 G:28.2 P:31.7* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* ***LOMO A LA PLANCHA*** *GRILLED PORK LOIN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 872 CH:119.9 G:29.1 P:32.7* **SOPA DE COCIDO** *STEW SOUP* **COCIDO COMPLETO** *MADRID-STYLE STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **POLLO AL CURRY** *CHICKEN CURRY* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 850 CH:116.8 G:28.3 P:31.9* **TALLARINES CON TOMATE** *TAGLIATELLE IN TOMATO SAUCE* **PALOMETA EN SALSA** *POMFRET IN SAUCE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 861 CH:118.3 G:28.7 P:32..3				
26 *Kcal: 841 CH:115.6 G:28 P:31.5* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **FISH PIE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 880 CH:121 G:29.3 P:33* **ENGLISH WEEK** **MAC AND TOMATO SAUCE** **ROAST PORK IN BRAMLEY APPLE SAUCE** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **CHICKEN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 866 CH:119.1 G:28.8 P:32.5* **ENGLISH WEEK** **CODDLE** **FISH AND CHIPS** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 859 CH:118.1 G:28.6 P:32.2* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

OVOLACTEOVEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 654.4 CH:89.9 G:21.8 P:24.5				
			1 *Kcal: 629 CH:86.5 G:20.9 P:23.6* **CREMA DE PUERROS Y LEGUMBRES** *LEEK AND LEGUME CREAM SOUP* **REVUELTO DE SETAS Y ESPÁRRAGOS** *SCRAMBLED EGGS WITH MUSHROOMS AND ASPARAGUS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**2** *Kcal: 664 CH:91.3 G:22.1 P:24.9* **SOPA DE CEBOLLAS** *FRENCH ONION SOUP* **ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS** *OVEN-BAKED RICE WITH CHICKPEAS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 654.4 CH:89.9 G:21.8 P:24.5				
5 *Kcal: 653 CH:89.8 G:21.7 P:24.5* **ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO** *SPAGHETTI WITH GARLIC AND CHEESE* **ENSALADA CAPRESE SIN ANCHOAS** *CAPRESE SALAD WITHOUT ANCHOVIES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**6** *Kcal: 649 CH:89.2 G:21.6 P:24.3* **JUDÍAS VERDES CON TOMATE** *GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE* **TORTILLA DE PATATAS CON PIQUILLOS** *SPANISH OMELETTE WITH PIQUILLO PEPPERS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS BRAVAS** *CRISPY POTATOES WITH SPICY TOMATO SAUCE* **FRUTA** *FRUIT*	**7** *Kcal: 661 CH:90.8 G:22 P:24.8* **CALDO DE VERDURAS** *VEGETABLE BROTH* **OLLA HORTELANA** *GARDENER'S STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**8** *Kcal: 640 CH:88 G:21.3 P:24* **ARROZ A LA CUBANA** *FRIED RICE WITH EGG* **WOK DE VERDURAS** *VEGETABLE WOK* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**9** *Kcal: 669 CH:91.9 G:22.3 P:25.1* **CREMA CALABACÍN Y LEGUMBRES** *COURGETTE AND LEGUME CREAM SOUP* **ESTOFADO DE ALUBIAS PINTAS** *PINTO BEAN STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **GUISANTES, ZANAHORIAS Y JUDÍAS** *PEAS, CARROTS AND GREEN BEANS* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 659.6 CH:90.7 G:21.9 P:24.7				
12 *Kcal: 648 CH:89.1 G:21.6 P:24.3* **FESTIVO** *HOLIDAY*	**13** *Kcal: 645 CH:88.7 G:21.5 P:24.2* **PAELLA DE VERDURAS Y SETAS** *VEGETABLE AND MUSHROOM PAELLA* **GARBANZOS FRITOS** *FRIED CHICKPEAS* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS ASADAS** *ROASTED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**14** *Kcal: 662 CH:91 G:22.1 P:24.8* **LENTEJAS ESTOFADAS** *STEWED LENTILS* **TORTILLA DE PATATA** *SPANISH OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**15** *Kcal: 669 CH:91.9 G:22.3 P:25.1* **CREMA ZANAHORIA Y BONIATO** *CARROT AND SWEET POTATO CREAM SOUP* **ALUBIAS CON VERDURAS** *WHITE BEANS WITH VEGETABLES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS A LO POBRE** *POTATOES WITH ONIONS AND PEPPERS* **FRUTA** *FRUIT*	**16** *Kcal: 674 CH:92.7 G:22.5 P:25.3* **FUSILLI A LA NAPOLITANA** *FUSILLI ALLA NAPOLETANA* **TEMPURA DE VERDURAS** *VEGETABLE TEMPURA* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 650.2 CH:89.4 G:21.7 P:24.4				
19 *Kcal: 658 CH:90.5 G:21.9 P:24.7* **ARROZ CON TOMATE CASERO** *RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE* **BERENJENA PARMESANA** *EGGPLANT PARMESAN* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**20** *Kcal: 628 CH:86.4 G:20.9 P:23.5* **CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES** *VEGETABLES AND LEGUME CREAM SOUP* **TORTILLA CUATRO QUESOS** *FOUR-CHEESE OMELETTE* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **PATATAS PANADERAS** *OVEN-ROASTED SLICED POTATOES* **FRUTA** *FRUIT*	**21** *Kcal: 663 CH:91.2 G:22.1 P:24.9* **CALDO DE VERDURAS** *VEGETABLE BROTH* **OLLA HORTELANA** *GARDENER'S STEW* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*	**22** *Kcal: 647 CH:88.9 G:21.6 P:24.3* **BRÓCOLI CON PESTO** *BROCCOLI WITH PESTO* **LENTEJAS CON VERDURAS** *LENTILS WITH VEGETABLES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ARROZ PILAF** *PILAF RICE* **FRUTA** *FRUIT*	**23** *Kcal: 655 CH:90.1 G:21.8 P:24.6* **TALLARINES A LA CREMA** *TAGLIATELLE IN CREAM SAUCE* **TOMATES RELLENOS** *STUFFED TOMATOES* **GUARNICIÓN:** *SIDE DISH:* **ENSALADA** *SALAD* **FRUTA** *FRUIT*
Kcal media semanal: 658.7 CH:90.6 G:21.9 P:24.7				
26 *Kcal: 650 CH:89.3 G:21.7 P:24.4* **ENGLISH WEEK** **BAKED BEANS IN TOMATO SAUCE** **COLESLAW** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**27** *Kcal: 668 CH:91.8 G:22.3 P:25.1* **ENGLISH WEEK** **MAC AND CHEESE** **ROAST POTATOES WITH ROSEMARY AND GARLIC** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**	**28** *Kcal: 658 CH:90.5 G:21.9 P:24.7* **ENGLISH WEEK** **DAHL LENTIL** **PUMKIN CURRY** **SIDE DISH:** **RICE** **FRUIT**	**29** *Kcal: 658 CH:90.5 G:21.9 P:24.7* **ENGLISH WEEK** **CODDLE WITHOUT MEAT** **VEG AND CHIPS** **SIDE DISH:** **MINTED PEAS** **FRUIT**	**30** *Kcal: 658 CH:90.5 G:21.9 P:24.7* **HALLOWEEN** **PUMPKIN SOUP** **MEATBALLS** **SIDE DISH:** **SALAD** **FRUIT**

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiados número CV00385 y CV01965

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

TABLA DE ALÉRGENOS

	Gluten	Crustaceos	Huevos	Pescado	Cacahuetes	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos
PRIMEROS PLATOS														
CREMA ZANAHORIA Y BONIATO														
SOPA DE COCIDO	●		●			●			●	●		●		
ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA														
BROCOLI CON PESTO														
SOPA DE PICADILLO			●		●	●								
PISTO MANCHEGO			●											
CHAMPIÑON SALTEADO													●	
GUISO DE PATATAS Y SEPIA	●	●		●		●								●
ALUBIAS CON VERDURAS														
ARROZ CON GARBANZOS						●								
CREMA DE CALABACIN														
LENTEJAS ESTOFADAS	●					●								
MACARRON INTEGRAL A LA NAPOLITANA	●		●			●				●				
HUMUS CON HIERBABUENA Y PICATOSTES	●										●			
BERENJENAS A LA PARMESANA	●		●	●		●	●			●	●			
ENSALADA CAMPERA			●	●								●		
VERDURAS ASADAS CON MIEL Y LIMA														
COLIFLOR GRATINADA			●			●	●							
ENSALADA RIN RAN			●	●								●		
LASAÑA DE VERDURAS	●		●			●	●					●		
ESPINACAS SALTEADAS			●			●	●					●		
SALMOREJO CORDOBES	●		●											
GAZPACHUELO		●	●	●		●						●		●
PARRILLADA DE VERDURAS														
CALABACIN RELLENO SETAS			●			●	●							
VICHYSSOISE CON PIÑA														
ENSALADILLA RUSA			●	●		●						●		

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

TABLA DE ALÉRGENOS

SEGUNDOS PLATOS	Gluten	Crustaceos	Huevos	Pescado	Cacahuetes	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos
CINTA DE LOMO A LA MOSTAZA										●				
CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO	●	●	●	●			●			●				●
POLLO BARBACOA												●		
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA			●											
PALOMETA AL HORNO CON ENSALADA				●										
SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA				●										
COCIDO COMPLETO						●								
TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA			●			●	●							
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA						●								
GALLO SAN PEDRO CON ENSALADA				●										
MAGRO CON TOMATE														
MERLUZA CON GUISANTES				●		●								
PECHUGA DE POLLO CON PATATAS ASADAS														
HAMBURGUESA CON ENSALADA	●					●								
FILETE HALIBUT AL LIMÓN				●										
MERLUZA REBOZADA AL HORNO	●			●		●	●			●				
SALTEADO DE POLLO	●					●								

NOTA: EN CASO DE DECLARAR ALGUNA ALERGIA O INTOLERANCIA SIGA EL PROCEDIMIENTO DEL COLEGIO.

GUÍA DE ALÉRGENOS

- Gluten — CEREALES CON GLUTEN
- Crustaceos — CRUSTÁCEOS Y PRODUCTOS A BASE DE CRUSTÁCEOS
- Huevos — HUEVOS Y PRODUCTOS A BASE DE HUEVO
- Pescado — PESCADO Y PRODUCTOS A BASE DE PESCADO
- Cacahuetes — CACAHUETES Y PRODUCTOS A BASE DE CACAHUETES
- Soja — SOJA Y PRODUCTOS A BASE DE SOJA
- Lácteos — LECHE Y SUS DERIVADOS
- Frutos secos — FRUTOS DE CÁSCARA (FRUTOS SECOS) Y PRODUCTOS A BASE DE FRUTOS SECOS
- Apio — APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS
- Mostaza — MOSTAZA Y PRODUCTOS DERIVADOS
- Sésamo — GRANOS DE SÉSAMO Y PRODUCTOS A BASE DE GRANOS DE SÉSAMO
- Sulfitos — DIÓXIDO DE AZÚFRE Y SULFITOS
- Altramuz — ALTRAMUCES Y PRODUCTOS A BASE DE ALTRAMUCES
- Moluscos — MOLUSCOS Y PRODUCTOS A BASE DE MOLUSCOS

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

OCTUBRE 2026

CENAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal media semanal: 733 CH:100.8 G:24.4 P:27.5				
			1 HERVIDO DE ZANAHORIA, JUDÍAS Y BRÓCOLI TORTILLA DE BONIATO CON QUESO DE CABRA FRUTA	**2** SALTEADO DE PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y BRÓCOLI CON SALSA DE SOJA CHULETAS DE PAVO ESPECIADAS A LA PLANCHA CON PATATA FRUTA
Kcal media semanal: 789 CH:108.5 G:26.3 P:29.6				
5 ENSALADA DE TOMATE, QUESO MOZZARELLA Y ALBAHACA FAJITA INTEGRAL CON SALTEADO DE PIMEINTO, CEBOLLA Y PECHUGA DE POLLO FRUTA	**6** CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA CON NUEZ MOSCADA LUBINA AL HORNO CON AJITOS Y BASE DE PATATA FRUTA	**7** MENESTRA DE VERDURAS CON AJO Y PEREJIL MUSLO Y CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ROMERO Y BONIATO FRUTA	**8** CREMA DE CALABACÍN, ESPINACAS Y QUESO FRESCO HUEVOS DUROS RELLENOS DE ATÚN, CEBOLLA Y DADOS DE TOMATE FRUTA	**9** PARILLADA DE VERDURAS CON QUESO DE CABRA SALMÓN LA HORNO CON MIEL, MOSTAZA Y BASE DE PATATA FRUTA
Kcal media semanal: 756 CH:103.9 G:25.2 P:28.4				
12 FESTIVO	**13** ENSALADA DE BROTES VERDES, HIGOS, CEBOLLA Y QUESO FRESCO MERLUZA AL HORNO CON GAMBITAS Y LECHE EVAPORADA FRUTA	**14** CREMA DE CHAMPIÑONES CONTRAMUSLOS DE POLLO A AL PLANCHA AL LIMÓN CON HUMMUS Y ZANAHORIA FRUTA	**15** SALTEADO DE BRÓCOLI, CHAMPIÑONES, CEBOLLA Y PATATA BACALAO AL HORNO CON PISTO DE VERDURAS FRUTA	**16** ENSALADA DE BROTES VERDES, TOMATES CHERRY, NUECES Y QUESO DE CABRA FAJIPIZZA CON HUEVO Y VERDURAS FRUTA
Kcal media semanal: 777 CH:106.8 G:25.9 P:29.1				
19 CALDO DE VERDURAS Y POLLO CON FIDEOS INTEGRALES PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA Y CHAMPIÑONES FRUTA	**20** CREMA DE ESPÁRRAGOS VERDES Y PATATA REVUELTO DE ESPIANCAS Y CEBOLLA FRUTA	**21** ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y QUESO FRESCO HAMBURGUESA DE POLLO CON PAN INTEGRAL Y QUESO TIERNO FRUTA	**22** PIMIENTO ROJO Y BERENJENA AL HORNO SEPIA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y PALITOS DE BONIATO FRUTA	**23** GUSISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA Y TAQUITOS DE JAMÓN TORTILLA FRANCESA CON PAN INTEGRAL FRUTA
Kcal media semanal: 790 CH:108.6 G:26.3 P:29.6				
26 COLIFLOR AL HORNO CON QUESO MOZZARELLA MUSLO DE POLLO DESHUESADO CON PATATA AL MICROONDAS CON PIMENTÓN FRUTA	**27** CALDO DE VERDURAS CON GARBANZOS DORADA AL HORNO CON AJITOS Y BASE DE ESPÁRRAGOS Y CHAMPIÑONES FRUTA	**28** CREMA DE VERDURAS Y PATATA REVUELTO CON JAMÓN Y CHAMPIÑONES FRUTA	**29** DADOS DE CALABAZA Y CEBOLLA AL HORNO CON QUESO MOZZARELLA ALITAS DE POLLO AL HORNO ESPECIADAS FRUTA	**30** ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ, AGUACATE, CEBOLLA Y QUESO FRESCO SALMÓN AL HORNO CON BASE DE BONIATO Y SALSA DE YOGUR FRUTA

De acuerdo con la normativa vigente, los 14 alérgenos alimentarios de declaración obligatoria se encuentran debidamente indicados en el propio menú.
La información relativa a otros posibles alérgenos podrá ser consultada de forma específica en el tablón informativo del comedor del centro educativo.

Colegiado número CV01965