



MENÚ DE COMEDOR

JULIO 2026



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKPEAS WITH VEGETABLES PUREE CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES VEGETABLE AND LEGUME CREAM ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA GARDEN-STYLE MEATBALLS FRUTA FRUIT	2 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE ARROZ AL CURRY CURRY RICE TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO HAM AND CHEESE OMELETTE FRUTA FRUIT	3 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE FIDEOS NOODLE SOUP POLLO BARBACOA CON PATATAS ASADAS CHICKEN BARBECUE WITH BAKED POTATOES YOGUR YOGHOURT
6 PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS TURKEY AND VEGETABLES PUREE ESPAGUETIS CON QUESO SPAGHETTI WITH CHEESE BACALAO AL HORNO CON ENSALADA BAKED COD WITH SALAD FRUTA FRUIT	7 PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS COD AND VEGETABLES PUREE CREMA DE ZANAHORIA CARROT CREAM HAMBURGUESA CASERA CON GUARNICIÓN HANDMADE HAMBURGER WITH SIDE FRUTA FRUIT	8 PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS BEANS WITH VEGETABLES PUREE LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HANDMADE TOMATO SAUCE MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	10 PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS LENTILS WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE COCIDO STEW SOUP MUSLITOS DE POLLO ASADOS ROASTED CHICKEN DRUMSTICKS YOGUR YOGHOURT
13 PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKEN AND VEGETABLES PUREE FUSILLI CON TOMATE CASERO FUSILLI WITH HANDMADE TOMATO SAUCE MERLUZA REBOZADA AL HORNO BAKED BREADED HAKE FRUTA FRUIT	14 PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS HAKE AND VEGETABLES PUREE ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS LOMO ASADO CON PATATAS PANADERAS ROAST PORK LOIN WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	15 PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKPEAS WITH VEGETABLES PUREE CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES VEGETABLE AND LEGUME CREAM ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA GARDEN-STYLE MEATBALLS FRUTA FRUIT	16 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF AND VEGETABLES PUREE ARROZ AL CURRY CURRY RICE TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO HAM AND CHEESE OMELETTE FRUTA FRUIT	17 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF AND VEGETABLES PUREE SOPA DE FIDEOS NOODLE SOUP POLLO BARBACOA CON PATATAS ASADAS CHICKEN BARBECUE WITH BAKED POTATOES YOGUR YOGHOURT
20 PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS TURKEY AND VEGETABLES PUREE ESPAGUETIS CON QUESO SPAGHETTI WITH CHEESE BACALAO AL HORNO CON ENSALADA BAKED COD WITH SALAD FRUTA FRUIT	21 PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS COD AND VEGETABLES PUREE CREMA DE ZANAHORIA CARROT CREAM HAMBURGUESA CASERA CON GUARNICIÓN HANDMADE HAMBURGER WITH SIDE FRUTA FRUIT	22 PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS BEANS WITH VEGETABLES PUREE LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HANDMADE TOMATO SAUCE MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	24 PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS LENTILS WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE COCIDO STEW SOUP MUSLITOS DE POLLO ASADOS ROASTED CHICKEN DRUMSTICKS YOGUR YOGHOURT
27 PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKEN AND VEGETABLES PUREE FUSILLI CON TOMATE CASERO FUSILLI WITH HANDMADE TOMATO SAUCE MERLUZA REBOZADA AL HORNO BAKED BREADED HAKE FRUTA FRUIT	28 PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS HAKE WITH VEGETABLES PUREE ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS LOMO ASADO CON PATATAS PANADERAS ROAST PORK LOIN WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	29 PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKPEAS AND VEGETABLES PUREE CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRES VEGETABLE AND LEGUME CREAM ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA GARDEN-STYLE MEATBALLS FRUTA FRUIT	30 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF AND VEGETABLES PUREE ARROZ AL CURRY CURRY RICE TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO HAM AND CHEESE OMELETTE FRUTA FRUIT	31 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF AND VEGETABLES PUREE SOPA DE FIDEOS NOODLE SOUP POLLO BARBACOA CON PATATAS ASADAS CHICKEN BARBECUE WITH BAKED POTATOES YOGUR YOGHOURT



ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

JULIO 2026

TABLA DE ALÉRGENOS



CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO														
GAZPACHUELO		●	●	●		●						●		●
SALMOREJO CORDOBÉS	●		●											
HUMUS CON HIERBABUENA Y PICATOSTES	●									●				
SOPA DE COCÍDO	●		●			●			●	●		●		
SOPA DE PICADILLO			●			●								
GUISO DE PATATAS Y SEPIA	●			●		●								●
CREMA DE CALABACÍN														
VICHYSOISE CON PIÑA														
GAZPACHO ANDALÚZ												●		
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA	●		●			●				●				
PASTA A LA CREMA	●		●			●	●			●				
PASTA CON AJO Y QUESO	●		●			●				●				
GARBANZOS ESTOFADOS						●								
ARROZ CON GARBANZOS						●								
ARROZ AL CURRY										●				
ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA														
LENTEJAS ESTOFADAS	●					●								
ALUBIAS CON VERDURAS														
HABICHUELAS CON ARROZ														
WOK DE VERDURAS	●					●			●		●			
GUISANTES SALTEADOS						●								
JUDIAS VERDES SALTEADAS														
BERENJENAS A LA PARMESANA	●		●	●		●	●							
PARRILLADA DE VERDURAS														
VERDURAS ASADAS CON MIEL Y LIMA														
COLIFLOR GRATINADA			●			●	●							
LASAÑA DE VERDURAS	●		●			●	●			●		●		
ESPINACAS SALTEADAS			●			●	●					●		
PISTO MANCHEGO			●			●	●							
CHAMPIÑÓN SALTEADO													●	
CALABACÍN RELLENO DE SETAS			●			●	●							
BRÓCOLI CON PESTO														



ESTUDIANTES
INTERNATIONAL SCHOOL

JULIO 2026

TABLA DE ALÉRGENOS



														
ENSALADA DE LEGUMBRES						●					●	●		
ENSALADA DE QUINOA	●					●					●	●		
ENSALADA CÉSAR	●		●	●		●	●		●		●			●
ENSALADA DE FRUTAS	●						●			●	●			
ENSALADA ALEMANA			●			●	●		●		●	●		
ENSALADA ITALIANA			●	●		●				●		●		
ENSALADILLA RUSA			●	●		●						●		
ENSALADA CAMPERA			●	●								●		
ENSALADA RIN RAN			●	●								●		
ENSALADA NIZA			●	●								●		
CINTA DE LOMO A LA MOSTAZA										●				
SALTEADO DE POLLO	●				●									
POLLO BARBACOA												●		
COCIDO COMPLETO					●									
MAGRO CON TOMATE														
POLLO AL CHILINDRON														
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA			●											
TORTILLA CAMPERA			●			●	●							
TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA			●			●	●							
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA						●								
MUSLITOS DE POLLO AL LIMÓN										●				
PECHUGA DE POLLO CON PATATAS ASADAS												●		
HAMBURGUESA CON ENSALADA						●								
FILETE RUSO						●				●				
MERLUZA REBOZADA AL HORNO														
MERLUZA CON GUISANTES	●		●	●		●	●			●				
CRUIENTE DE BACALAO AL HORNO			●	●		●								
PALOMETA AL HORNO CON ENSALADA	●	●	●	●			●			●				●
SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA				●										
FILETE DE GALLO SAN PEDRO CON ENSALADA				●										
NOTA: EN CASO DE DECLARAR ALGUNA ALERGIA O INTOLERANCIA SIGA EL PROCEDIMIENTO DEL COLEGIO.														



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

