Enamorado.FM catering

MENU SALUDABLE ESCOLAR NOVIEMBRE 2026 — HALAL

1

DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
-	Macarrones con queso	Crema de verdura	Cazuela de patata con pollo halal	Cazuela de fideos con verdura y cazón
FESTIVO	Tortilla francesa	Churrasco de pollo halal al horno	Pescado blanco	Nuggets de pollo halal
-	Lechuga	Arroz integral	Verdura al vapor	Ensalada Variada
-	Fruta temporada	Yogurt	Fruta temporada	Yogurt
	E 614,28 · P 11,61 · L 30,26 · AGS 2,99 · SAL 2,10 · AZ 5,85 · HC 58,13	E 633,35 · P 16,91 · L 28,58 · AGS 2,57 · SAL 2,28 · AZ 9,36 · HC 54,51	E 609,96 · P 15,22 · L 30,81 · AGS 3,52 · SAL 1,86 · AZ 5,77 · HC 53,97	E 619,40 · P 14,42 · L 32,46 · AGS 2,93 · SAL 3,05 · AZ 24,37 · HC 53,12
	CENA: ENSALADA+ HUEVO+ FRUTA	CENA: PATATA + HUEVO + FRUTA	CENA: PATATA + CARNE + YOGUR	CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA

2

DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 11	DIA 12
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Puchero con arroz y pollo halal	Pasta integral con tomate	Crema de calabacin	Potaje alubia blancas	Paella de arroz
Revuelto de verdura al ajillo	Pescado al horno	Filete pavo en su jugo	Tortilla de patatas	Gambas,pescado y carne
Fruta temporada	Ensalada variada	Cous cous	Ensalada	Ensalada mixta
	Fruta temporada	Yogurt	Fruta temporada	Fruta temporada
E 603,524 · P 14,7666 · L 29,9889 · AGS 2,1393 · SAL 1,472 · AZ 5,159 · HC 55,2445	E 614,28 · P 11,61 · L 30,26 · AGS 2,99 · SAL 2,10 · AZ 5,85 · HC 58,13	E 633,35 · P 16,91 · L 28,58 · AGS 2,57 · SAL 2,28 · AZ 9,36 · HC 54,51	E 645,0607 · P 12,2351 · L 33,5331 · AGS 5,8835 · SAL 2,0539 · AZ 9,942 · HC 54,2318	E 613,91 · P 11,03 · L 30,32 · AGS 3,14 · SAL 2,39 · AZ 8,88 · HC 58,65
CENA: VERDURA + PESCADO + YOGUR	CENA: ENSALADA+ HUEVO+ FRUTA	CENA: PATATA + HUEVO + FRUTA	CENA: VERDURA + PESCADO + FRUTA	CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR

3

DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas con verduras	Crema de calabaza	Puchero con fideos y pollo halal	Estofado de pollo halal y patata	Macarrones boloñosa (pollo halal)
Tortilla francesa	Hamburguesa pollo halal	Atun encebollado al horno	Ensalada mixta	Pescado blanco al pimenton
Ensalada de tomate	Arroz integral al vapor	Ensalada variada	Huevo cocido	Verdura al vapor
	Fruta temporada	Fruta temporada	Yogurt	Fruta temporada
E 603,524 · P 14,7666 · L 29,9889 · AGS 2,1393 · SAL 1,472 · AZ 5,159 · HC 55,2445	E 637,71 · P 17,49 · L 24,00 · AGS 3,49 · SAL 1,59 · AZ 6,54 · HC 58,51	E 610,2522 · P 15,7568 · L 28,3247 · AGS 2,482 · SAL 2,82583 · AZ 7,835 · HC 55,9185	E 609,96 · P 15,22 · L 30,81 · AGS 3,52 · SAL 1,86 · AZ 5,77 · HC 53,97	E 615,74 · P 12,02 · L 32,59 · AGS 4,22 · SAL 2,39 · AZ 7,21 · HC 55,39
CENA: VERDURA + PESCADO + YOGUR	CENA: ENSALADA + PESCADO + FRUTA	CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR	CENA: PATATA + CARNE + YOGUR	CENA: VERDURA + CARNE + FRUTA

4

DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de verdura	Cazuela de patata con pollo halal	Sopa de picadillo huevo y fideos	Emblanco con cazon y arroz	Arroz con tomate
Pollo hala al ajillo	Tortilla francesa	Empanada de atun	Lomo pavo al horno	Tortila de patata al horno
Arroz al vapor	Ensalada variada	Verdura salteadas	Ensalda variada	Ensalada de tomate cherry
Fruta temporada	Fruta temporada	Yogurt	Fruta temporada	Fruta temporada
E 619,40 · P 14,42 · L 32,46 · AGS 2,93 · SAL 3,05 · AZ 24,37 · HC 53,12	E 637,71 · P 17,49 · L 24,00 · AGS 3,49 · SAL 1,59 · AZ 6,54 · HC 58,51	E 610,2522 · P 15,7568 · L 28,3247 · AGS 2,482 · SAL 2,82583 · AZ 7,835 · HC 55,9185	E 609,96 · P 15,22 · L 30,81 · AGS 3,52 · SAL 1,86 · AZ 5,77 · HC 53,97	E 610,2522 · P 15,7568 · L 28,3247 · AGS 2,482 · SAL 2,82583 · AZ 7,835 · HC 55,9185
CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA	CENA: ENSALADA + PESCADO + FRUTA	CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR	CENA: PATATA + CARNE + YOGUR	CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR

5

DIA 30				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de calabacin y queso	-	-	-	-
Albondigaspollo halal con tomate	-	-	-	-
Cous cous	-	-	-	-
Fruta temporada				
E 619,40 · P 14,42 · L 32,46 · AGS 2,93 · SAL 3,05 · AZ 24,37 · HC 53,12				
CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA				

Todos los menús van acompañados de agua suministrada al centro por la empresa abastecedora de la localidad.
FRUTA: Según temporada y proveedores,se suministrará una pieza fruta de temporada
Para la elaboración de nuestros platos se utiliza aceite de oliva virgen extra y sal yodada.
El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias .Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alergenos.
Menú elaborado Fernando R./AND-371) según pautasde nutrición