



LOS SAUCES - TORRELODONES

Abril - 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

6

NO LECTIVO

7

599 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 50 G.: 14
JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
GREEN BEANS WITH ROSEMARY OIL
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
MEATBALLS WITH VEGETABLES
PATATAS DADO
DICED POTATOES
FRUTA
FRUIT

8

677 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 35 G.: 7
ALUBIAS BLANCAS CON JULIANA DE VERDURA
WHITE BEANS WITH VEGETABLE JULIANA
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

9

593 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 32 G.: 7
ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA
RICE WITH TOMATO AND ONION
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
HAKE FILLET WITH GARLIC MOUSSELINE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT SALAD
FRUTA
FRUIT

10

631 Kcal. P.: 17 HC.: 54 L.: 25 G.: 4
SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO Y PATATAS
CHICKPEAS, CHICKEN & POTATO
REPOLLO
CABBAGE
YOGUR
YOGHURT

13

550 Kcal. P.: 17 HC.: 39 L.: 41 G.: 10
SOPA BULLABESA
BOILLABAISSE SOUP
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
GRILLED TURKEY BURGUER
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

14

757 Kcal. P.: 15 HC.: 58 L.: 23 G.: 3
MACARRONES CON TOMATE
MACARONI WITH TOMATO SAUCE
SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE ALBAHACA FRESCA
BAKED SALMON WITH FRESH BASIL SAUCE
TOMATE CON ORÉGANO
TOMATO AND OREGANO
FRUTA
FRUIT

15

559 Kcal. P.: 19 HC.: 29 L.: 51 G.: 11
CREMA DE VERDURAS
VEGETABLE CREAM
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
GRILLED CHICKEN STEAK
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

16

592 Kcal. P.: 20 HC.: 55 L.: 22 G.: 4
FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA (SPANISH PASTA)
DADOS DE RAPE A LA MARINERA
ANGLERFISH DICE "À LA MARINIÈRE"
ENSALADA VARIADA
MIXED SALAD
FRUTA
FRUIT

17

709 Kcal. P.: 17 HC.: 36 L.: 42 G.: 12
LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL STEW
TORTILLA DE PATATA
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
YOGUR
YOGHURT

20

623 Kcal. P.: 21 HC.: 33 L.: 42 G.: 7
GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA
PEAS, POTATOES AND CARROT
POLLO GUISADO CON COUS COUS
CHICKEN WITH COUS COUS
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

21

760 Kcal. P.: 13 HC.: 32 L.: 52 G.: 9
CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR
ZUCCHINI AND CAULIFLOWER CREAM
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN SLICES
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

22

944 Kcal. P.: 8 HC.: 48 L.: 42 G.: 10
ARROZ A LA CAZUELA CON VERDURAS
RICE WITH VEGETABLES
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
BATTERED HAKE FILLET
TOMATE ALIÑADO Y PIMIENTO VERDE
TOMATO AND GREEN PEPPER
FRUTA
FRUIT

23

940 Kcal. P.: 17 HC.: 33 L.: 48 G.: 15
JORNADA GASTRONÓMICA DE ESTADOS UNIDOS
MAC&CHEESE (MACARRONES CON QUESO)
MAC&CHEESE (MACARONI AND CHEESE)
COSTILLAS DE CERDO CON MIEL Y MOSTAZA
PORK RIBS WITH HONEY AND MUSTARD
ENSALADA VARIADA
MIXED SALAD
FRUTA
FRUIT

24

764 Kcal. P.: 19 HC.: 40 L.: 36 G.: 6
ALUBIAS PINTAS CON ARROZ INTEGRAL
HARICOT BEANS WITH (ECOLOGICAL) RICE
EMPANADILLAS DE ATÚN
TUNA PASTIES
LECHUGA Y BROTES
LETTUCE AND MUNGOS
YOGUR
YOGHURT

27

671 Kcal. P.: 9 HC.: 51 L.: 37 G.: 7
LENTEJAS CON CALABAZA
LENTILS WITH PUMPKIN
POLLO REHOGADO CON SALSA AGRIDULCE
CHICKEN SAUTEED WITH SWEET AND SOUR SAUCE
TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

28

704 Kcal. P.: 21 HC.: 45 L.: 33 G.: 7
MACARRONES (INTEGRALES) CON CREMOSA DE ALBAHACA
WHOLE-WHEAT PASTA WITH CREAMY BASIL SAUCE
BACALAO A LA RIOJANA
RIOJA STYLE COD
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD
YOGUR
YOGHURT

29

587 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 35 G.: 9
STOP FOOD WASTE
CREMA DE PUERROS
CREAM OF LEEK SOUP
ROPA VIEJA (Garbanzos guisados con dados de cerdo)
"ROPA VIEJA" (Chickpeas stewed with pork)
FRUTA
FRUIT

30

684 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 33 G.: 6
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS
FRIED EGGS WITH SAUSAGES
LECHUGA Y ESPÁRRAGOS
LETTUCE AND ASPARAGUS
FRUTA
FRUIT