



LOS SAUCES - TORRELODONES

Mayo - 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

4 644 Kcal. P.: 13 HC.: 35 L.: 50 G.: 13

CREMA DE CALABACÍN
CREAMY COURGETTE SOUP

GAZPACHO
GAZPACHO (COLD VEGETABLES SOUP)

HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO
BAKED MIXED BURGER

PATATAS DELUXE
DELUXE POTATOES

FRUTA
FRUIT

5 753 Kcal. P.: 14 HC.: 48 L.: 36 G.: 5

ARROZ EN PAELLA CON POLLO
CHICKEN PAELLA

FILETE DE MERLUZA ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE HAKE FILLET

ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT SALAD

FRUTA
FRUIT

6 626 Kcal. P.: 17 HC.: 54 L.: 24 G.: 3

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH "COCIDO" STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES

COCIDO CON GARBANZOS, POLLO Y PATATAS
CHICKPEAS, CHICKEN & POTATO

REPOLLO
CABBAGE

FRUTA
FRUIT

7 617 Kcal. P.: 26 HC.: 31 L.: 40 G.: 9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
GREEN BEANS WITH HAM

JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA
CHICKEN DRUMSTICKS IN SAUCE

PURÉ DE PATATAS
MASHED POTATOES

FRUTA
FRUIT

8 688 Kcal. P.: 18 HC.: 36 L.: 41 G.: 10

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
HARICOT BEANS WITH BROWN RICE

TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN

YOGUR
YOGHURT

11 715 Kcal. P.: 14 HC.: 28 L.: 55 G.: 14

"SUCCOTASH" DE MAÍZ, CALABAZA Y GUI SANTOS
SUCCOTASH WITH CORN, PUMPKIN AND PEAS

CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN

PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES

FRUTA
FRUIT

12 613 Kcal. P.: 15 HC.: 51 L.: 30 G.: 9

JORNADA MEXICANA
NACHOS CON QUESO
NACHOS WITH CHEESE

TACO MEXICANO DE TERNERA CON PICO DE GALLO Y AGUACATE
MEXICAN BEEF TACO WITH PICO DE GALLO AND AVOCADO

FRUTA
FRUIT

13 812 Kcal. P.: 11 HC.: 41 L.: 43 G.: 6

LENTEJAS ESTOFADAS
LENTILS STEW

SAN JACOBO
PORK & CHEESE "SAN JACOBO"

LECHUGA Y BROTES
LETTUCE AND MUNGES

FRUTA
FRUIT

14 573 Kcal. P.: 24 HC.: 29 L.: 44 G.: 9

CREMA DE VERDURAS
VEGETABLE CREAM

POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN

PATATA PANADERA
SLICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

15 773 Kcal. P.: 20 HC.: 44 L.: 35 G.: 8

FESTIVO

18 699 Kcal. P.: 13 HC.: 54 L.: 30 G.: 5

DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE AND OREGANO

HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
GRILLED TURKEY BURGHER

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

19 668 Kcal. P.: 22 HC.: 29 L.: 46 G.: 9

ENSALADA CAMPERA
COUNTRY SALAD

POLLO AL AJILLO
GARLIC CHICKEN

LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
LETTUCE AND RED PEPPER

FRUTA
FRUIT

20 588 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 36 G.: 7

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP

GAZPACHO
GAZPACHO (COLD VEGETABLES SOUP)

LACÓN A LA GALLEGA
GALICIAN STYLE BOILED PORK SHOULDER("LACÓN")

PATATA COCIDA
BOILED POTATOES

FRUTA
FRUIT

21 637 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 39 G.: 12

SOPA DE PICADILLO
TRADITIONAL SPANISH PICADILLO SOUP

MAGRO DE CERDO
LEAN PORK STEW

ARROZ INTEGRAL
BROWN RICE

FRUTA
FRUIT

22 795 Kcal. P.: 19 HC.: 33 L.: 43 G.: 11

POTAJE DE JUDÍAS PINTAS
RED KIDNEY BEANS STEW

TORTILLA DE PATATA
SPANISH OMELETTE

LECHUGA Y ESPÁRRAGOS
LETTUCE AND ASPARAGUS

YOGUR
YOGHURT

25 605 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 30 G.: 5

MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO
WHOLEMEAL MACARONI WITH TOMATO SAUCE AND CHEESE

MERLUZA AL HORNO CON ACITE Y PIMENTÓN
OVEN-COOKED HAKE WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA

LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER

FRUTA
FRUIT

26 594 Kcal. P.: 26 HC.: 30 L.: 41 G.: 10

BRÓCOLI GRATINADO
BROCCOLI GRATIN

POLLO AL LIMÓN
LEMON CHICKEN

PATATA PANADERA
SLICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

27 762 Kcal. P.: 20 HC.: 33 L.: 43 G.: 11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
LENTILS WITH CRISPY LEEKS AND BALSAMIC VINEGAR

CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN SLICES

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

28 811 Kcal. P.: 10 HC.: 41 L.: 48 G.: 10

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTOS, MAÍZ Y ZANAHORIA)
CHINESE FRIED RICE

HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS
FRIED EGGS AND SAUSAGES

ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y MAÍZ
TOMATO, CUCUMBER AND CORN SALAD

FRUTA
FRUIT

29 606 Kcal. P.: 18 HC.: 53 L.: 26 G.: 6

CREMA DE PUERROS Y CALABACÍN
CREAM OF LEEK AND COURGETTE SOUP

GAZPACHO
GAZPACHO (COLD VEGETABLES SOUP)

CAZUELA DE FIDEOS CON RAPE
MONKFISH AND NOODLE STEW

YOGUR
YOGHURT