

MENU ESCOLAR MORALEJA

Julio 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

22

23

24

25

26

29

30

1

2

3

6

ARROZ CON TOMATE
(Rice with tomato sauce)
SALCHICHAS Y HUEVOS
(Sausages and eggs)
ENSALADA VARIADA
(Mixed salad)
FRUTA
(Fruit)

7

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN , HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
(Olivier salad)
SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE PUERROS
(Baked salmon with leek sauce)
ENSALADA VERDE
(Green Salad)
FRUTA
(Fruit)

8

ENSALADA DE GARBANZOS
(Chickpea salad)
CROQUETAS DE POLLO
(Chicken croquettes)
TOMATE ALIÑADO Y BROTES
(Seasoned tomato and sprouts)
FRUTA
(Fruit)

9

MACARRONES CARBONARA
(Carbonara macaroni)
POLLO AL AJILLO
(Garlic chicken)
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
(Lettuce and grated carrot)
FRUTA
(Fruit)

10

GUISANTES CON JAMON
(Peas with ham)
ALBONDIGAS EN SALSA
(Meatballs in sauce)
PATATAS FRITAS
(French Fries)
YOGUR
(Yogurt)

13

ENSALADA DE ALUBIAS
(Bean salad)
TORTILLA DE PATATAS
(Spanish potato omelette)
TOMATE ALIÑADO
(Seasoned tomato)
FRUTA
(Fruit)

14

ESPAGUETTIS BOLOÑESA
(Spaghetti Bolognese)
MERLUZA EN SALSA VERDE
(Hake in green sauce)
LECHUGA Y TOMATE
(Lettuce and Tomato)
FRUTA
(Fruit)

15

CREMA DE ZANAHORIAS
(Carrot cream soup)
MAGRO DE CERDO GUISADO
(Braised lean pork)
ARROZ
(Arroz)
FRUTA
(Fruit)

16

BROCOLI GRATINADO
(Broccoli gratin)
POLLO AL CHILINDRON
(Chicken in chilindrón sauce)
LECHUGA Y PEPINO
(Lettuce and Cucumber)
FRUTA
(Fruit)

17

ENSALADA DE PASTA
(Pasta salad)
EMPANADILLAS DE ATUN
(Tuna turnovers)
ENSALADA VARIADA
(Mixed salad)
YOGUR
(Yogurt)

20

PAELLA DE VERDURAS
(Vegetable paella)
NUGGETS DE POLLO
(Chicken nuggets)
ENSALADA VERDE
(Green Salad)
FRUTA
(Fruit)

21

MACARRONES A LA ITALIANA
(Italian-style macaroni)
SALMON AL HORNO
(Baked salmon)
ENSALADA VARIADA
(Mixed salad)
FRUTA
(Fruit)

22

JUDIAS VERDES REHOGADAS
(Sautéed green beans)
COSTILLAS ASADAS
(Roasted ribs)
PURE PATATAS
(Mashed potatoes)
FRUTA
(Fruit)

23

ENSALADA DE GARBANZOS
(Chickpea salad)
PECHUGA VILLEROY (CASERA)
(Homemade Villeroy chicken breast)
LECHUGA Y BROTES
(Lettuce and sprouts)
FRUTA
(Fruit)

24

ENSALADA ALEMANA
(German salad)
CALAMARES A LA ROMANA
(Battered squid rings)
LECHUGA Y OLIVAS
(Lettuce and olives)
YOGUR
(Yogurt)

27

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
(Three Delights Rice)
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
(Baked pork shoulder steak)
LECHUGA Y TOMATE
(Lettuce and tomato)
FRUTA
(Fruit)

28

VICHYSOISE
(Vichyssoise)
HUEVOS FRITOS
(Fried eggs)
PATATAS FRITAS
(French Fries)
FRUTA
(Fruit)

29

GAZPACHO
(Spanish Traditional Gazpacho)
LASAÑA DE CARNE Y BECHAMEL CASERA
(Meat lasagna with homemade béchamel)
LECHUGA Y MAÍZ
(Lettuce and sweetcorn)
FRUTA
(Fruit)

30

SALMOREJO CON JAMON Y HUEVO
(Salmorejo with ham and egg)
FILETE DE POLLO EMPANADO
(Breaded chicken fillet)
ARROZ
(Rice)
FRUTA
(Fruit)

31

ENSALADA CAMPERA
(Country salad)
MERLUZA A LA MARINERA
(Seafood-style hake)
TOMATE NATURAL
(Tomato)
YOGUR
(Yogurt)

NOTAS: Leyenda: Kcal: Kilocalorías (Energía) / **P:** Proteínas / **H:** Hidratos de Carbono / **L:** Lípidos / **G:** ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús van acompañados de agua, pan o pan integral (2 veces/semana). Utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

MENÚ JULIO 2026

Los Sauces



European Private School

La Moraleja