

Colegio Zurbarán



Menú de comedor

Septiembre - 2026



Menú de Comedor - SEPTIEMBRE 2026

Lunes				Martes				Miércoles				Jueves				Viernes			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
Lunes 7				Martes 8				Miércoles 9				Jueves 10				Viernes 11			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
693,5	29,55	31,48	69,4	678,6	20,42	37,65	61,9	729	23,9	30,23	84,93	726,2	24,11	35,63	69,97	451,8	24,3	29,4	19,4
SOPA DE ESTRELLAS FILETES RUSOS/PATATAS FRITAS FRUTA				ENSALADA DE ARROZ MAGRO DE CERDO CON TOMATE FRUTA				MACARRONES INTEGRALES CON QUESO MERLUZA CON ENSALADA FRUTA				LENTEJAS ESTOFADAS TORTILLA PATATAS/PIMIENTOS VERDES FRUTA				JUDIAS VERDES CON MAHONESA ESCALOPE DE POLLO/ENSALADA YOGUR			
Lunes 14				Martes 15				Miércoles 16				Jueves 17				Viernes 18			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
632,3	25,6	30,53	58	650,8	25,1	22,73	77,1	609,7	30,4	22,63	65,6	760	26,3	30,53	89,9	347,8	22,4	15,9	27,03
BROCOLI CON JAMÓN ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRUTA				JUDIAS PINTAS CON ARROZ TORTILLA FRANCESA CON PAVO FRUTA				COUS-COUS CON VERDURAS PINCHOS MORUNOS FRUTA				ENSALADA DE PASTA LENGUADINA A LA ROMANA FRUTA				CREMA DE VERDURAS POLLO CON CHAMPIÑONES YOGUR			
Lunes 21				Martes 22				Miércoles 23				Jueves 24				Viernes 25			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
673	16,9	31,78	77,3	565,8	21,2	27,33	54,3	849	37,5	20,83	118,9	754	19,9	38,93	75,2	726	27,6	29,13	83,3
ARROZ CON TOMATE HUEVO FRITOS/SALCHICHAS FRUTA				GAZPACHO ANDALUZ POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA				SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA				CREMA DE CALABAZA CROQUETAS/ENSALADA YOGUR				ESPAGUETIS INTEGRALES BOLOÑESA DE SOJA LIMANDA CON ENSALADA FRUTA			
Lunes 28				Martes 29				Miércoles 30				Jueves				Viernes			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
823	30,8	46,33	65,3	503,8	23,4	30,75	31,74	713	40	21,73	84,2								
CREMA DE CALABACIN CINTA DE LOMO/AROS DE CEBOLLA FRUTA				SOPA DE ESTRELLAS POLLO ASADO/ENSALADA YOGUR				CODITOS INTEGRALES CON SOJA FILETE DE MERLUZA/ ENSALADA FRUTA											



Menú de Comedor - SEPT 2026



Monday				Tuesday				Wednesday				Thursday				Friday			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
Monday 7				Tuesday 8				Wednesday 9				Thursday 10				Friday 11			
Kcal. 694	Prot. 30	Líp. 31	H.C. 69,4	Kcal. 679	Prot. 20	Líp. 38	H.C. 62	Kcal. 729	Prot. 24	Líp. 30	H.C. 85	Kcal. 726	Prot. 24	Líp. 36	H.C. 70	Kcal. 452	Prot. 24	Líp. 29	H.C. 19
STAR SOUP HAMBURGER/CHIPS FRUIT				RICE SALAD LEAN PORK WITH TOMATO SAUCE FRUIT				WHOLE WHEAT MACARONI WITH CHEESE HAKE WITH SALAD FRUIT				STEWED LENTILS SPANISH OMELETTE/GREEN PEPPERS FRUIT				GREEN BEANS/ MAYONNAISE BREADED CHICKEN FILLET/SALAD YOGURTH			
Monday 14				Tuesday 15				Wednesday 16				Thursday 17				Friday 18			
Kcal. 632	Prot. 26	Líp. 31	H.C. 58	Kcal. 651	Prot. 25	Líp. 23	H.C. 77	Kcal. 610	Prot. 30	Líp. 23	H.C. 66	Kcal. 760	Prot. 26	Líp. 31	H.C. 90	Kcal. 348	Prot. 22	Líp. 16	H.C. 27
BROCCOLI WITH HAM HOMEMADE MEATBALLS WITH POTATOES FRUIT				STEWED KIDNEY BEANS WITH RICE TURKEY OMELETTE FRUIT				COUS-COUS WITH VEGETABLES MOOROUN SKEWERS FRUIT				PASTA SALAD ROMANA SOLE FRUIT				VEGETABLES CREAM CHICKEN WITH MUSHROOMS YOGURTH			
Monday 21				Tuesday 22				Wednesday 23				Thursday 24				Friday 25			
Kcal. 673	Prot. 17	Líp. 32	H.C. 77,3	Kcal. 566	Prot. 21	Líp. 27	H.C. 54	Kcal. 849	Prot. 38	Líp. 21	H.C. 119	Kcal. 754	Prot. 20	Líp. 39	H.C. 75	Kcal. 726	Prot. 28	Líp. 29	H.C. 83
RICE WITH TOMATO SAUCE FRIES EGGS/SAUSAGES FRUIT				GAZPACHO CHILINDRON CHICKEN YOGURTH				CHICKEN SOUP STEW WITH CHICKPEAS, MEAT, SAUSAGES AND CABBAGE FRUIT				PUMPKIN CREAM HOMEMADE CROQUETTES/SALAD FRUIT				WHOLE WHEAT SPAGHETTI WITH SOY BOLOGNESE LIMANDA WITH SALAD FRUIT			
Monday 28				Tuesday 29				Wednesday 30				Thursday				Friday			
Kcal. 823	Prot. 31	Líp. 46	H.C. 65,3	Kcal. 504	Prot. 23	Líp. 31	H.C. 32	Kcal. 713	Prot. 40	Líp. 22	H.C. 84	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
COURGETTE CREAM PORK LOIN/ ONION RINGS FRUIT				STAR SOUP ROASTED CHICKEN/SALAD YOGURTH				WHOLE WHEAT PASTA WITH SOY HAKE/SALAD FRUIT											



Cenas / Dinners - SEPTIEMBRE 2026



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Crema de verduras/ VEGETABLE CREAM Lubina a la plancha con patata/GRILLED SEA BASS WITH POTATOES	Coliflor con jamón/ CAULIFLOWER WITH HAM Tortilla francesa/OMELETTE	Filete de ternera con patatas/STEAK WITH CHIPS Ensalada mixta/MIXTED SALAD	Espinacas rehogadas/SAUTEED SPINACH Merluza con patata al horno/BAKED HAKE WITH POTATOES	Pasta con gambas y verduritas salteadas/ PASTA WITH PRAWNS ANS SAUTEED VEGETABLES
Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Arroz basmati con salmón a la plancha/BASMATI RICE WITH GRILLED SALMON Ensalada mixta/MIXTED SALAD	Crema de verduras/VEGETABLES CREAM Hamburguesa de pavo TURKEY HAMBURGER	Sopa de estrellita/STAR SOUP Dorada de horno/ BAKED SEA BREAM	Arroz con verduritas/ RICE WITH VEGETABLES Cinta de lomo/PORK LOIN	Tallarines con ternera y verduras NOODLES WTH MEAT AND VEGETABLES
Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Brocoli rehogado/ SAUTEED BROCCOLI Chuleta de sajonia/ PORK CHOP	Ensalada de lentejas con atún LENTIL SALAD WITH TUNA	Ensalada de pasta/PASTA SALAD Tortilla francesa con queso/ CHEESE OMELETTE	Guisantes con jamón/PEAS WITH HAM Emperador a la plancha/GRILLED SWORDFISH	Salmorejo Muslitos de pollo al horno/ BAKED CHICKEN THIGHS
Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Arroz caldoso con verduras y calamar BROTHY RICE WITH VEGETABLES AND SQUID	Coliflor gratinada/CAULIFLOWER GRATIN Huevos a la plancha/GRILLED EGGS	Gazpacho Lubina con patata y cebolla al horno/ BAKED SEA BASS WITH POTATOES ANS ONION		

El control de calidad de nuestro servicio de comedor está basado en el desarrollo de un sistema de análisis de peligros y puntos de control críticos APPCC, desarrollado de acuerdo con la normativa establecida en la Directiva Europea 93/43 y R.D. 2207/95 de la Comunidad de Madrid, sobre comedores escolares. Se ha contratado una auditoría externa con la empresa Sistemas Integrales de Calidad, encargada de verificar la excelencia de todo el servicio de suministro, manipulación y distribución de alimentos elaborados en nuestras instalaciones, realizándose periódicos análisis de los alimentos, en bruto y elaborados, así como la valoración de los menús y las cenas recomendados para una correcta alimentación. Todo el sistema está supervisado por el servicio de Salud pública del Área V de la Comunidad de Madrid.