



Este mes tenemos...

MENÚ MAYO 2025



ECOKITCHEN

ORGANIC & SUSTAINABLE SCHOOL CUISINE

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

Sopa de ternera y gallina con fideos ECO (1)

Arroz thai con pollo y verduras

Plátano de Canarias

6

Codillos salteados con salsa de tomate y verduras

Pescado a la romana con ensalada (1; 3; 4)

Fruta

7

Ensalada completa (3; 4)

Aguja asada con patata panadera y verduras

Fruta

8

Lentejas con chorizo y verduras

Pizza de jamón y queso con tomate casero

Yogur ECO Xanceda (7)

9

Crema de verduras y AOVE

Albóndigas en salsa de verdura y macarrones integrales ECO (1; 3; 7)

Fruta

12

Brécol a la gallega

Fideuá mixta de pollo, calamar y mejillones con verdura (2; 3; 4; 12)

Fruta

13

Lentejas vegetales

Huevos revueltos con Calabizo y patatas (3)

Yogur ECO Sen Más (7)

14

Ensaladilla (3; 4)

Pollo al curry y miel con cuscús ECO de verduras (1)

Fruta

15

Arroz con salsa de tomate

Pescado fresco (4)

Fruta

16

Ensalada completa (3; 4)

Guiso de ternera gallega ECO con patatas y verduras

Fruta

19

Sopa de ternera y gallina con fideos ECO (1)

Chuleta de pavo a la plancha con ensalada (1)

Fruta

20

Espagueti carbonara (1; 3)

Pescado fresco (4)

Plátano de Canarias

21

Ensaladilla (3; 4)

Paella mixta (1; 2; 3; 12)

Fruta

22

Garbanzos con chorizo y verduras

Pescado fresco a la romana con ensalada (1; 3; 4)

Yogur ECO Xanceda (7)

23

Salmorejo (1)

Guiso de porco celta con patatas y verduras

Fruta

26

Ensalada de pasta (1; 3; 7)

Calamares a la romana con ensalada

Fruta

27

Lentejas con verduras y chorizo ahumado

Tortilla de patata de Ovos corazón de Galicia ECO con tomate (3)

Fruta

28

Ensalada completa

Guiso de pavo con verduras y patatas (12)

Plátano de Canarias

29

Arroz con salsa de verduras

Pescado fresco a la romana con ensalada (4)

Yogur ECO Sen Más (7)

30

Crema de verduras y AOVE

Lasaña de carne y verduras (1; 3; 6; 7; 12)

Fruta

(1) gluten - (2) crustáceos - (3) huevo - (4) pescado - (5) Cacahuete - (6) soja - (7) leche y derivados - (8) frutos cáscara - (9) Apio - (10) mostaza - (11) sésamo - (12) sulfitos - (13) altramuzos



Silvia Cadahía Lema
Graduada en Nutrición Humana y Dietética
Núm. Colegiada: GA-00206

