

MENÚ Básico 2025

3er Trimestre

Del 30 de marzo al 23 de junio



Según lo establecido en el Reglamento (UE) 1169/2011 de 25 de Octubre relativo a la información alimentaria facilitada al consumidor, declaramos contenido de alérgenos.

Bloomie

LUNES

1

Semana del 30/3 al 3/4
4 al 8/5
1 al 5/6

Lentejas
Muslo de pollo
Verdura asada
Fruta
Pan

Kcal: 332,3 g. Grasas: 30,2 g.
Hidratos carbono: 25,1 g. Proteínas: 22,5 g.

MARTES

Sopa de pollo
Atún, 1 huevo,
Papa Guisada
Fruta
Pan integral

Kcal: 270 g. Grasas: 11,2 g.
Hidratos carbono: 19,2 g. Proteínas: 21,7 g.

MIÉRCOLES

Judías
Macarrones con verdura
Fruta
Pan

Kcal: 423 g. Grasas: 7,6 g.
Hidratos carbono: 57,3 g. Proteínas: 23,1 g.

JUEVES

Sopa de pescado
(fogonero)
Cerdo a la plancha
Ensalada
Fruta
Pan integral

Kcal: 437,7 g. Grasas: 36,3 g.
Hidratos carbono: 7,5 g. Proteínas: 19 g.

VIERNES

Crema de calabaza
Pizza
champiñones/queso
Fruta
Pan

Kcal: 324,4 g. Grasas: 10 g.
Hidratos carbono: 47,4 g. Proteínas: 11,6 g.

2

Semana del 6-10 abril
11 al 15/mayo
8 al 12/6

Sopa de verduras
Estofado de pollo con
verduras
Fruta
Pan

Kcal: 288,5 g. Grasas: 12,9 g.
Hidratos carbono: 14,8 g. Proteínas: 22,2 g.

Garbanzos con espinacas
Merluza a la plancha con
boniatos
Fruta
Pan integral

Kcal: 343,6 g. Grasas: 8,78 g.
Hidratos carbono: 41,18 g. Proteínas: 21,1 g.

Crema de verduras
Tortilla
Ensalada
Bizcocho
Pan

Kcal: 264,9 g. Grasas: 12,27 g.
Hidratos carbono: 22,4 g. Proteínas: 13,7 g.

Lentejas
Paella
Fruta
Pan integral

Kcal: 218 g. Grasas: 4,6 g.
Hidratos carbono: 31,4 g. Proteínas: 9,9 g.

Sopa de pescado
(fogonero)
Lasaña de verduras
Fruta
Pan

Kcal: 334,7 g. Grasas: 7 g.
Hidratos carbono: 64,5 g. Proteínas: 13,7 g.

3

Semana del 13 al 17/4
18 al 22 mayo
15 - 19 junio

Rancho
Pechuga de pollo
Ensalada
Fruta
Pan

Kcal: 388 g. Grasas: 22,8 g.
Hidratos carbono: 14,3 g. Proteínas: 29,6 g.

Crema de zanahoria
Tortilla francesa
Ensaladilla
Fruta
Pan integral

Kcal: 365,4 g. Grasas: 23,6 g.
Hidratos carbono: 19,28 g. Proteínas: 19,2 g.

Sopa de pescado
Carne de fiesta
Papas arrugadas
Fruta
Pan

Kcal: 379,8 g. Grasas: 25,9 g.
Hidratos carbono: 19,2 g. Proteínas: 16,4 g.

Judías
Merluza al horno
Boniatos
Fruta
Pan integral

Kcal: 405,6 g. Grasas: 9,18 g.
Hidratos carbono: 43,68 g. Proteínas: 28,9 g.

Sopa de pollo
Arroz a la cubana
Fruta
Pan

Kcal: 354 g. Grasas: 6,8 g.
Hidratos carbono: 53,7 g. Proteínas: 17,9 g.

4

Semana del 20 al 24/4
27/4 al 30/5

Crema de calabaza y
zanahoria
Hamburguesa casera y
arroz blanco
Fruta
Pan

Kcal: 605,4 g. Grasas: 19,1 g.
Hidratos carbono: 80,4 g. Proteínas: 28,2 g.

Lentejas
Merluza portuguesa
Puré de papa
Fruta
Pan integral

Kcal: 241,3 g. Grasas: 6,7 g.
Hidratos carbono: 27,4 g. Proteínas: 13,8 g.

Sopa de verduras
Pollo a la plancha y tomate
aliñado
Fruta
Pan

Kcal: 529 g. Grasas: 37 g.
Hidratos carbono: 21,7 g. Proteínas: 24,16 g.

Garbanzos
Estofado de res con
verduras
Fruta
Pan integral

Kcal: 295 g. Grasas: 13,1 g.
Hidratos carbono: 18,4 g. Proteínas: 23,1 g.

Sopa de pescado
(fogonero)
Tortilla
Ensalada
Natilla
Pan

Kcal: 350,6 g. Grasas: 19,1 g.
Hidratos carbono: 25,9 g. Proteínas: 17,3 g.

MENÚ

sin gluten
sin láctosa
sin huevo

25-26

- 1 Sin gluten
- 2 Sin láctosa
- 3 Sin huevo

3do Trimestre

Del 30 de marzo
al 23 de junio



Según lo establecido en el Reglamento (UE) 1169/2011 de 25 de Octubre relativo a la información alimentaria facilitada al consumidor, declaramos contenido de alérgenos.

Bloomie

LUNES

1

Semana del
30/3 al 3/4
4 al 8/5
1 al 5/6

Lentejas
Muslo de pollo
Verdura asada
Fruta
Pan 1

Kcal: 332,3 g. Grasas: 30,2 g.
Hidratos carbono: 25,1 g. Proteínas: 22,5 g.

MARTES

Sopa de pollo 1
Atún, 1 huevo, papa Guisada
Opción sin huevo:
Atún, queso blanco, papa
Guisada

Fruta
Pan integral 1
Kcal: 270 g. Grasas: 11,2 g.
Hidratos carbono: 19,2 g. Proteínas: 21,7 g.

MIÉRCOLES

Judías
Macarrones con verdura 1
Fruta
Pan 1

Kcal: 423 g. Grasas: 7,6 g.
Hidratos carbono: 57,3 g. Proteínas: 23,1 g.

JUEVES

Sopa de pescado (fogonero)
Cerdo a la plancha
Ensalada
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 437,7 g. Grasas: 36,3 g.
Hidratos carbono: 7,5 g. Proteínas: 19 g.

VIERNES

Crema de calabaza
Pizza 1 2 3
champiñones/queso
Fruta
Pan 1

Kcal: 324,4 g. Grasas: 10 g.
Hidratos carbono: 47,4 g. Proteínas: 11,6 g.

2

Semana del
6-10 abril
11 al 15/mayo
8 al 12/6

Sopa de verduras 1
Estofado de pollo con
verduras
Fruta
Pan 1

Kcal: 288,5 g. Grasas: 12,9 g.
Hidratos carbono: 14,8 g. Proteínas: 27,2 g.

Garbanzos con espinacas
Merluza a la plancha con
boniatos
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 343,6 g. Grasas: 8,78 g.
Hidratos carbono: 41,18 g. Proteínas: 21,1 g.

Crema de verduras
Tortilla
Opción sin huevo: Cerdo horno
Ensalada
Bizcocho 1 2 3
Pan 1

Kcal: 264,9 g. Grasas: 12,27 g.
Hidratos carbono: 22,4 g. Proteínas: 13,7 g.

Lentejas
Paella
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 218 g. Grasas: 4,6 g.
Hidratos carbono: 31,4 g. Proteínas: 9,9 g.

Sopa de pescado (fogonero)
Lasaña de verduras 1
Fruta
Pan 1

Kcal: 334,7 g. Grasas: 7 g.
Hidratos carbono: 64,5 g. Proteínas: 13,7 g.

3

Semana del
13 al 17/4
18 al 22 mayo
15 - 19 junio

Rancho 1
Pechuga de pollo
Ensalada
Fruta
Pan 1

Kcal: 388 g. Grasas: 22,8 g.
Hidratos carbono: 14,3 g. Proteínas: 29,6 g.

Crema de zanahoria
Tortilla francesa
Opción sin huevo:
Filete de res
Ensaladilla
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 365,4 g. Grasas: 23,6 g.
Hidratos carbono: 19,28 g. Proteínas: 19,2 g.

Sopa de pescado
Carne de fiesta
Papas arrugadas
Fruta
Pan 1

Kcal: 379,8 g. Grasas: 25,9 g.
Hidratos carbono: 19,2 g. Proteínas: 16,4 g.

Judías
Merluza al horno
Boniatos
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 405,6 g. Grasas: 9,18 g.
Hidratos carbono: 43,68 g. Proteínas: 28,9 g.

Sopa de pollo 1
Arroz a la cubana
Opción sin huevo:
Arroz con plátano frito
Fruta
Pan 1

Kcal: 354 g. Grasas: 6,8 g.
Hidratos carbono: 53,7 g. Proteínas: 17,9 g.

4

Semana del
20 al 24/4
27/4 al 30/5

Crema de calabaza y
zanahoria
Hamburguesa casera y
arroz blanco
Fruta
Pan 1

Kcal: 605,4 g. Grasas: 19,1 g.
Hidratos carbono: 80,4 g. Proteínas: 28,2 g.

Lentejas
Merluza portuguesa
Puré de papa
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 241,3 g. Grasas: 6,7 g.
Hidratos carbono: 27,4 g. Proteínas: 13,8 g.

Sopa de verduras 1
Pollo a la plancha y tomate
aliñado
Fruta
Pan 1

Kcal: 529 g. Grasas: 37 g.
Hidratos carbono: 21,7 g. Proteínas: 24,16 g.

Garbanzos
Estofado de res con
verduras
Fruta
Pan integral 1

Kcal: 295 g. Grasas: 13,1 g.
Hidratos carbono: 18,4 g. Proteínas: 23,1 g.

Sopa de pescado (fogonero)
Tortilla
Opción sin huevo:
Cerdo horno
Ensalada
Natilla
Pan 1

Kcal: 350,6 g. Grasas: 19,1 g.
Hidratos carbono: 25,9 g. Proteínas: 17,3 g.