

# MENÚ ESCOLAR

## NOVIEMBRE 2025



**D' Marita Catering**  
Nuestro ingrediente principal es la calidad

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

### MENÚ ENTERO

PE

**REALIZA DEPORTE A DIARIO PARA CUIDAR A TU CORAZÓN**



**REDUCE EL CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESADOS PARA CUIDAR TU SALUD**



Guiso de patatas con chocos  
Lomo de cerdo adobado en salsa de la abuela con champiñones  
Pan y Fruta 3

Garbanzos con calabaza  
Albóndigas de pollo en salsa con zanahorias  
Pan integral y Fruta 4

Arroz en amarillo con carne de cerdo  
Tortilla de patatas con cebolla y ensalada tipo 2  
Pan y Lácteo 5

Macarrones con tomate y orégano  
Pechuga de pollo al curry con patatas al horno  
Pan integral y Fruta 6

Crema de judías verdes y zanahorias  
Crocanti de merluza al horno y zanahorias aliñadas  
Pan y Fruta 7

Lentejas con zanahorias  
Tortilla de patatas con cebolla y quesitos  
Pan y Fruta 10

Crema de verduras hortelana  
Schnitzel de pollo al horno y ensalada tipo 1  
Pan integral y Fruta 11

Patatas estofadas con carne de cerdo  
Lomo de merluza a la roteña con pimientos  
Pan y Lácteo 12

Sopa de picadillo con arroz (huevo y jamón)  
Mini flamenquines al horno y remolacha aliñada  
Pan integral y Fruta 13

Lacitos de pasta vegetales con tomate y albahaca  
Salchichas picnic de ave en salsa con zanahorias  
Pan y Fruta 14

Crema de puerro y calabacín  
Albóndigas de pollo a la jardinera  
Pan y Fruta 17

Macarrones a la boloñesa  
Lomo de salmón a las finas hierbas con calabacín  
Pan integral y Fruta 18

Alubias con verduritas  
Tortilla francesa y tomate a rodajas  
Pan y Lácteo 19

Patatas a la riojana  
Boquerones en tempura al horno y pimientos asados  
Pan integral y Fruta 20

Lentejas con zanahorias  
Lomo de cerdo adobado en salsa con calabacín  
Pan y Fruta 21

Crema de verduras hortelana  
Hamburguesa de pollo en salsa y zanahorias aliñadas  
Pan y Fruta 24

Patatas estofadas con pechuga de pollo  
Lomo de merluza en salsa verde con guisantes  
Pan integral y Fruta 25

Macarrones con tomate y queso rallado  
Albóndigas de pollo a la jardinera  
Pan y Lácteo 26

Lentejas con zanahorias  
Croquetas de jamón y remolacha aliñada  
Pan integral y Fruta 27

Sopa de ave con arroz y verduras (pollo y zanahorias)  
Tortilla de patatas con cebolla y ensalada de picadillo  
Pan y Fruta 28

Ensalada tipo 1: lechuga romana, zanahoria rallada y tomate.

Ensalada tipo 2: lechuga romana, maíz y remolacha rallada.

**TOMA 5 RACIONES DE FRUTAS Y VERDURAS AL DÍA**

[www.dmaritainfantil.com](http://www.dmaritainfantil.com)

**SOMOS AGUA:** El 70% de nuestro cuerpo es agua, imprescindible para hidratar todos nuestros órganos y eliminar toxinas. Apostar por el agua como bebida familiar es sinónimo de salud. Los zumos de frutas naturales son una buena opción, pero nunca deben sustituir el consumo mínimo diario de agua.



Ana Pemán Pérez Serrano  
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética  
Licenciada en Ciencia y Tecnología de Alimentos  
Nº Col: AND-00572

