

Menú comedor MAYO 2026

Más información de nuestro **SERVICIO DE COMEDOR, CON RECOMENDACIÓN DE CENAS**, aquí.




Trabajamos con los mejores productos. Tenemos muy en cuenta la importancia de la alimentación en esta etapa de la vida de nuestros alumnos. Un ejemplo de ellos son nuestras verduras, hortalizas, carnes y pescados; casi siempre frescos.
 We use only the best products. We are very aware of the importance of eating habits in this stage of our students' lives. Accordingly our vegetables, meat and fish are almost always fresh.




**Lunes 4
Monday 4th**

FESTIVO



**Martes 5
Tuesday 5th**

Crema de verduras
Thick vegetable soup
Solomillo de pollo al horno con batavia y tomate
Baked breaded chicken with lettuce and tomato




**Miércoles 6
Wednesday 6th**

Espaguetis integrales a la boloñesa
Spaghetti bolognese
Atún en aceite con zanahoria y aceitunas
Tuna in oil with carrot and olives



**Jueves 7
Jueves 7th**

Potaje de calabaza
Thick pumpkin soup
Paella de cerdo, res y pollo frescos
"Paella" spanish rice dish




**Viernes 8
Friday 8th**

Garbanzas con verduras
Chick-peas with vegetables
Figuritas de merluza al horno con soja y rúcula
Baked hake figures with soy and arugula




**Lunes 11
Monday 11th**

Macarrones integrales con tomate y albahaca
Macaroni with tomato and basil
Caballas en aceite con remolacha y lechuga iceberg
Mackerel in oil with beet and lettuce




**Martes 12
Tuesday 12th**

Sopa de merluza
Hake soup
Ropa vieja de cerdo y res frescos
"Ropa vieja" canarian meat stew




**Miércoles 13
Wednesday 13th**

Crema de puerro y calabacín
Leek and courgette soup
Pollo al horno con tomate y maíz
Baked chicken with tomato and corn




**Jueves 14
Jueves 14th**

Potaje de huevo con cilantro
Thick egg soup with cilantro
Albóndigas frescas de ternera y arroz
Fresh meatballs with boiled rice




**Viernes 15
Friday 15th**

Lentejas con verduras
Lentil with vegetables
Rabas de calamar con cherrys
Fried squid with cherry tomatoes




**Lunes 18
Monday 18th**

Sopa de ave y ternera
Hen or chicken and veal soup
Arroz a la cubana
(arroz, huevo, papas, tomate)
Rice with tomato, chips & egg




**Martes 19
Tuesday 19th**

Puré de berros
Thick watercress soup
Pechuga a la plancha con tomate y maíz
Grilled chicken breast with tomato and corn




**Miércoles 20
Wednesday 20th**

Crema de zanahorias
Thick carrot soup
Merluza al horno con tomate aliñado
Baked hake with tomato




**Jueves 21
Thursday 21st**

Judías pintas
Pinto beans
Pasta integral con guisantes y atún
Pasta with peas and tuna




**Viernes 22
Friday 22nd**

Potaje de acelgas
Cream of spinach beet
Bistec ruso fresco a la plancha con remolacha y batavia
Fresh roasted hamburger with beet and lettuce




**Lunes 25
Monday 25th**

Coditos integrales con pollo y tomate
Pasta with chicken and tomato
Atún en aceite con lollo rossa y aceitunas
Tuna in oil with lettuce and olives




**Martes 26
Tuesday 26th**

Crema de berros y espinacas
Thick watercress and spinach soup
Huevos al horno (champiñones, maíz y tomate)
Baked eggs (mushrooms, corn, tomato)




**Miércoles 27
Wednesday 27th**

Frijoles con verduras
Beans with vegetables
Churros de merluza con batavia y zanahoria
Hake fish fingers with lettuce and carrot



**Jueves 28
Thursday 28th**

Potaje de calabacín
Courgette soup
Lomo a la plancha con tomate y remolacha
Grilled pork loin with tomato and beet



**Viernes 29
Friday 29th**

Día de Canarias en el colegio
Garbanzas compuestas con arroz
Chick-peas stew with boiled rice

Postres:
- Todos los días pondremos fruta natural. Excepcionalmente, yogur.



Valoración nutricional del menú realizada por el técnico farmacéutico de Serax Consulting SL, D. Sergio Alonso con número de colegiado 1515 y siguiendo las directrices del documento editado por el Grupo de trabajo de la Guía de Comedores Escolares de Canarias. Guía de Comedores Escolares de la Comunidad Autónoma de Canarias. 1ª ed. Santa Cruz de Tenerife: Gobierno de Canarias. Consejería de Sanidad. Servicio Canario de Salud; 2021.