































| Aexpainba   |  | Menú Bajo calorías   |  |  | ABRIL 2026 |
|---|--|--|--|--|------------|
| Lunes   | Martes   | Miércoles  | Jueves   | Viernes  |            |
|   |  | 01   | 02   | 03   |            |
|   |  |  | FIESTA   | FIESTA   |            |
| 06  | 07   | 08   | 09   | 10   |            |
| Primer plato: Lentejas.<br>Segundo plato: Merluza plancha y calabacin.<br>Postre: Fruta.            | Primer plato: Judías verdes con jamón.<br>Segundo plato: Lomo y patata.<br>Postre: Fruta.                | Primer plato: Arroz a la cubana.<br>Segundo plato: Bacalao y zanahoria.<br>Postre: Yogurt.   | Primer plato: Sopa de picadillo.<br>Segundo plato: Pollo al horno y patata asada.<br>Postre: Fruta.      | Primer plato: Fideua<br>Segundo plato: Tortilla y fiambre.<br>Postre: Yogurt.                  |            |
| 13  | 14   | 15   | 16   | 17   |            |
| Primer plato: Arroz con pollo.<br>Segundo plato: Filete de hamburguesa y brócoli.<br>Postre: Fruta. | Primer plato: Crema de calabacin.<br>Segundo plato: Albóndigas en salsa y champiñones.<br>Postre: Fruta. | Primer plato: Garbanzos.<br>Segundo plato: Bacalao y zanahoria.<br>Postre: Fruta.            | Primer plato: Patatas con carne.<br>Segundo plato: Lomo y coliflor.<br>Postre: Fruta.                    | Primer plato: Pasta salteada<br>Segundo plato: Merluza y champiñones.<br>Postre: Fruta.        |            |
| 20  | 21   | 22   | 23   | 24   |            |
| Primer plato: Lentejas.<br>Segundo plato: Tilapia y guisantes.<br>Postre: Fruta                     | Primer plato: Menestra imperial.<br>Segundo plato: Pollo y patatas.<br>Postre: Fruta.                    | Primer plato: Arroz a la cubana.<br>Segundo plato: Merluza y coliflor.<br>Postre: Yogurt.    | Primer plato: Sopa de picadillo.<br>Segundo plato: Caldereta de cerdo y patatas asada.<br>Postre: Fruta. | Primer plato: Judias blancas.<br>Segundo plato: Lomo adobado y champiñones.<br>Postre: Yogurt. |            |
| 27  | 28   | 29   | 30   | 01   |            |
| Primer plato: Arroz con pollo.<br>Segundo plato: Bacalao y calabacin,<br>Postre: Fruta.             | Primer plato: Crema de verduras.<br>Segundo plato: Filete de hamburguesa y patata.<br>Postre: Fruta.     | Primer plato: Pasta salteada.<br>Segundo plato: Albóndigas y champiñones.<br>Postre: Yogurt. | Primer plato: Garbanzos.<br>Segundo plato: Lomo plancha y zanahoria.<br>Postre: Fruta.                   | FIESTA.  |            |

| Primer plato          |   | Segundo plato       |  | Guarnición           |   | Postre              |   |
|-----------------------|---|---------------------|--|----------------------|---|---------------------|---|
| Nombre de la comida   | Imagen de la comida   | Nombre de la comida | Imagen de la comida  | Nombre de la comida  | Imagen de la comida   | Nombre de la comida | Imagen de la comida   |
| Garbanzos             |    | Lomo plancha        |    | Patata asada         |    | Yogurt              |  |
| Crema de verduras     |    | Pollo plancha       |    | Ensalada             |    | Fruta               |  |
| Macarrones con tomate |    | Merluza plancha     |    | Berenjenas           |    | Gelatina            |  |
| Lentejas              |    | Lomo empanado       |    | Huevos y salchichas. |    |                     |   |
| Bacalao dorado        |    | Tortilla            |    | Calabacín            |    |                     |   |
| Ensalada de pasta     |   | Adobo               |   | Champiñones          |   |                     |   |
| Arroz a la cubana     |  | Albóndigas          |  | Pisto                |  |                     |   |
| Fideuá                |  | Menestra            |  | Picadillo de tomate  |  |                     |   |
| Alubias blancas       |  | Guisantes           |  | Paninni              |  |                     |   |