



STA INTERNATIONAL SCHOOL

Mes de Octubre de 2026

Vorare

			JUEVES 1 Espaguetis int. Verdura Bacalao al horno Zanah., boniato, calabacín Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 2 Coliflor al vapor con sofrito Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 5 Brócoli con bechamel Palometa al horno Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 6 Revuelto de queso Paella de verduras Ens.lechuga, tomate, zanahoria Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 7 Patatas guisadas con verduras Tilapia con tomate Zanahoria baby Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 8 Crema de verduras Tortilla fr de calabacín Patatas fritas Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 9 Sopa de ave c/fideo integral Cocido ECO completo (sin cerdo) Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 12 FESTIVO	MARTES 13 Crema hortelana Espaguetis int.Boloñesa vegetal Lech. Zanah. Cebolla, aceituna Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 14 Brócoli al natural Pollo al chilindrón Patatas panadera Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 15 Judías blancas ECO guisadas Tortilla de patata y espinacas Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 16 Arroz guisado con verduras Salmón al horno Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 19 Crema de calabacín y queso Bacalao con tomate Patatas asadas Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 20 Espirales int. Napolitana Tortilla Fr de Calabacín Ens. Lechuga y zanahoria Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 21 Sopa de ave Guiso garbanzos ECO Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 22 Arroz con tomate Merluza en salsa verde Ens. Lechuga y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 23 Judías pintas guisadas Tortilla de patata Ens.lechuga, tomate, zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 26 Lentejas con verduras Tortilla francesa Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 27 Judías verdes rehogadas Marmitako (patatas y atún) Pimiento morrón Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 28 Sopa de ave c/fideo integral Cocido ECO completo (sin cerdo) Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 29 Coliflor rehogada Paella valenciana Ens de Lechuga y Remolacha Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 30 Crema de boniato Merluza a la plancha Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua

Fruta fresca de temporada, servida en su punto óptimo de maduración, según disponibilidad en mercado (manzana, pera, plátano, naranja u otras variedades)

- cacahuete - mostaza - apio - soja - moluscos	- altramuces - frutos de cáscara - crustáceos - sésamo - sulfitos	- gluten - pescado - huevo - leche - puede contener trazas de varios
--	---	--

LEYENDA

Menú sin cerdo





STA INTERNATIONAL SCHOOL

Mes de Octubre de 2026

Vorare

			JUEVES 1 Espaguetis int. Verdura Bacalao al horno Zanah., boniato, calabacín Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 2 Coliflor al vapor con sofrito Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 5 Brócoli con bechamel Hamburguesa a la plancha Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 6 Revuelto de queso Paella de verduras Ens.lechuga, tomate, zanahoria Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 7 Patatas guisadas con verduras Tilapia con tomate Zanahoria baby Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 8 Crema de verduras Tortilla fr de calabacín Patatas fritas Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 9 Sopa cocido fideo integral Cocido ECO completo Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 12 FESTIVO	MARTES 13 Crema hortelana Espaguetis int. Boloñesa vegetal Lech. Zanah. Cebolla, aceituna Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 14 Brócoli al natural Pollo al chilindrón Patatas panadera Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 15 Judías blancas ECO guisadas Tortilla de patata y espinacas Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 16 Arroz guisado con verduras Salmón al horno Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 19 Crema de calabacín y queso Bacalao con tomate Patatas asadas Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 20 Espirales int. Napolitana Tortilla Fr de Calabacín Ens. Lechuga y zanahoria Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 21 Sopa de ave Guiso garbanzos ECO Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 22 Arroz con tomate Merluza en salsa verde Ens. Lechuga y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 23 Judías pintas guisadas Cinta de lomo a la plancha Ens.lechuga, tomate, zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 26 Lentejas con chorizo y verduras Tortilla francesa Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 27 Judías verdes rehogadas Marmitako (patatas y atún) Pimiento morrón Yogur o Fruta, Pan integral y Agua	MIÉRCOLES 28 Sopa cocido fideo integral Cocido ECO completo Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 29 Coliflor rehogada Paella valenciana Ens de Lechuga y Remolacha Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 30 Crema de boniato Merluza a la plancha Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua

Fruta fresca de temporada, servida en su punto óptimo de maduración, según disponibilidad en mercado (manzana, pera, plátano, naranja u otras variedades)

- cacahuete
 - mostaza
 - apio
 - soja
 - moluscos

- altramuces
 - frutos de cáscara
 - crustáceos
 - sésamo
 - sulfitos

- gluten
 - pescado
 - huevo
 - leche
 - puede contener trazas de varios

LEYENDA

Alergia a los frutos secos





STA INTERNATIONAL SCHOOL

Mes de Octubre de 2026

vorare

			JUEVES 1 Espaguetis con Verdura Bacalao al horno Zanah., boniato, calabacín Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 2 Coliflor al vapor con sofrito Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 5 Brócoli rehogado Hamburguesa casera plancha Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 6 Sopa de fideos Paella de verduras Ens.lechuga, tomate, zanahoria Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 7 Patatas guisadas con verduras Tilapia con tomate Zanahoria baby Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 8 Crema de verduras Contramuslo de pollo al limón Patatas fritas Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 9 Sopa cocido y fideos Cocido ECO completo Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 12 FESTIVO	MARTES 13 Crema hortelana Espaguetis Boloñesa vegetal Lech. Zanah. Cebolla, aceituna Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 14 Brócoli al natural Pollo al chilindrón Patatas panadera Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 15 Judías blancas ECO guisadas Magro en salsa Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 16 Arroz guisado con verduras Salmón al horno Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 19 Crema de calabacín Bacalao con tomate Patatas asadas Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 20 Espirales Napolitana Ragout de pollo Ens. Lechuga y zanahoria Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 21 Sopa de ave Guiso garbanzos ECO Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 22 Arroz con tomate Merluza en salsa verde Ens. Lechuga y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 23 Judías pintas guisadas Cinta de lomo a la plancha Ens.lechuga, tomate, zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 26 Lentejas con verduras Escalopines a la plancha Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 27 Judías verdes rehogadas Marmitako (patatas y atún) Pimiento morrón Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 28 Sopa cocido y fideos Cocido ECO completo Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 29 Coliflor rehogada Paella valenciana Ens de Lechuga y Remolacha Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 30 Crema de boniato Merluza a la plancha Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua

Fruta fresca de temporada, servida en su punto óptimo de maduración, según disponibilidad en mercado (manzana, pera, plátano, naranja u otras variedades)

- | | | |
|------------|---------------------|-----------------------------------|
| - cacañete | - altramuzes | - gluten |
| - mostaza | - frutos de cáscara | - pescado |
| - apio | - crustáceos | - huevo |
| - soja | - sésamo | - leche |
| - moluscos | - sulfitos | - puede contener trazas de varios |

LEYENDA

Alergia al huevo





STA INTERNATIONAL SCHOOL

Mes de Octubre de 2026

Vorare

			JUEVES 1 Espaguetis int. Verdura Bacalao al horno Zanah., boniato, calabacín Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 2 Coliflor al vapor con sofrito Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 5 Brócoli rehogado Hamburguesa casera plancha Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 6 Huevos revueltos Paella de verduras Ens.lechuga, tomate, zanahoria Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 7 Patatas guisadas con verduras Tilapia con tomate Zanahoria baby Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 8 Crema de verduras Tortilla fr de calabacín Patatas fritas Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 9 Sopa cocido fideo integral Cocido ECO completo Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 12 FESTIVO	MARTES 13 Crema hortelana Espaguetis int. Boloñesa vegetal Lech. Zanah. Cebolla, aceituna Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 14 Brócoli al natural Pollo al chilindrón Patatas panadera Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 15 Judías blancas ECO guisadas Tortilla de patata y espinacas Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 16 Arroz guisado con verduras Salmón al horno Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 19 Crema de calabacín Bacalao con tomate Patatas asadas Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 20 Espirales int. Napolitana Tortilla Fr de Calabacín Ens. Lechuga y zanahoria Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 21 Sopa de ave Guiso garbanzos ECO Cous-cous Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 22 Arroz con tomate Merluza en salsa verde Ens. Lechuga y maíz Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 23 Judías pintas guisadas Cinta de lomo a la plancha Ens.lechuga, tomate, zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua
LUNES 26 Lentejas con chorizo y verduras Tortilla francesa Ens.lechuga, tomate y maíz Fruta Temporada. Pan y Agua	MARTES 27 Judías verdes rehogadas Marmitako (patatas y atún) Pimiento morrón Y. soja o Fruta, Pan y Agua	MIÉRCOLES 28 Sopa cocido fideo integral Cocido ECO completo Fruta Temporada. Pan y Agua	JUEVES 29 Coliflor rehogada Paella valenciana Ens de Lechuga y Remolacha Fruta Temporada, Pan Integral	VIERNES 30 Crema de boniato Merluza a la plancha Ens. Lechuga y zanahoria Fruta Temporada, Pan y Agua

Fruta fresca de temporada, servida en su punto óptimo de maduración, según disponibilidad en mercado (manzana, pera, plátano, naranja u otras variedades)

- cacahuete
 - mostaza
 - apio
 - soja
 - moluscos

- altramuces
 - frutos de cáscara
 - crustáceos
 - sésamo
 - sulfitos

- gluten
 - pescado
 - huevo
 - leche
 - puede contener trazas de varios

LEYENDA

Intolerancia a la lactosa

Alergia a la leche

