



COLEGIO SANTÍSIMO SACRAMENTO

C/Arturo Soria 208 - 28043 Madrid

Telf: 914 13 59 38

secretaria@ssacramento.org

MES DE ABRIL DE 2025



EL POSTRE SERÁ VARIADO (FRUTA DE TEMPORADA, Y POSTRE LÁCTEO O LECHE) Todos los días habrá una ensalada, como complemento opcional, para aquellos alumnos que lo deseen.

martes 1

- 1º LENTEJAS ESTOFADAS
- 2º HAMBURGUESA EN SALSAS CAZADORA
- 1º LENTIL STEW
- 2º BURGER IN MUSHROOM SAUCE

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	753	Kcal	3148	kJ
Lípidos	33 g.	[Saturados	9,7 g.]	
H.Carbono	75 g.	[Azúcares	12 g.]	
Proteínas	39 g.	Sal	4 g.	

miércoles 2

- 1º MACARRONES NAPOLITANA
- 2º FILETE DE POLLO CON ENSALADA
- 1º MACARONI IN NAPOLITAN SAUCE
- 2º CHICKEN FILLET AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	779	Kcal	3256	kJ
Lípidos	35 g.	[Saturados	8,9 g.]	
H.Carbono	87 g.	[Azúcares	21,1 g.]	
Proteínas	29 g.	Sal	4 g.	

jueves 3

- 1º SOPA DE COCIDO
- 2º COCIDO MADRILEÑO
- 1º NOODLE SOUP
- 2º MADRILENIAN STEW (HAM, CHORIZO, CHICKEN, BLOOD SAUSAGE, CHICKPEAS,

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	753	Kcal	3148	kJ
Lípidos	29 g.	[Saturados	11 g.]	
H.Carbono	83 g.	[Azúcares	16 g.]	
Proteínas	40 g.	Sal	2,3 g.	

viernes 4

- 1º CREMA DE VERDURAS NATURALES
- 2º TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA
- 1º CREAM OF VEGETABLE SOUP
- 2º SPANISH OMELETTE AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	738	Kcal	3085	kJ
Lípidos	34 g.	[Saturados	8,5 g.]	
H.Carbono	80 g.	[Azúcares	19 g.]	
Proteínas	28 g.	Sal	3,5 g.	

lunes 7

- 1º ARROZ TRES DELICIAS
- 2º MERLUZA ROMANA CON ENSALADA
- 1º SPECIAL FRIED RICE
- 2º BATTERED HAKE AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	777	Kcal	3248	kJ
Lípidos	41 g.	[Saturados	7 g.]	
H.Carbono	78 g.	[Azúcares	11 g.]	
Proteínas	24 g.	Sal	3,5 g.	

martes 8

- 1º JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
- 2º ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
- 1º HARICOT BEAN STEW
- 2º MEATBALLS IN VEGETABLE SAUCE

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	783	Kcal	3273	kJ
Lípidos	38 g.	[Saturados	13 g.]	
H.Carbono	62 g.	[Azúcares	17 g.]	
Proteínas	40 g.	Sal	2 g.	

miércoles 9

- 1º BRÓCOLI CON BECHAMEL O SOPA DE LETRAS
- 2º POLLO ASADO CON PATATAS
- 1º BROCCOLI IN BECHAMELSAUCE OR PASTA ALPHABET SOUP
- 2º ROAST CHICKEN AND FRENCH FRIES

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	734	Kcal	3068	kJ
Lípidos	38 g.	[Saturados	13 g.]	
H.Carbono	55 g.	[Azúcares	17 g.]	
Proteínas	43 g.	Sal	2 g.	

jueves 10

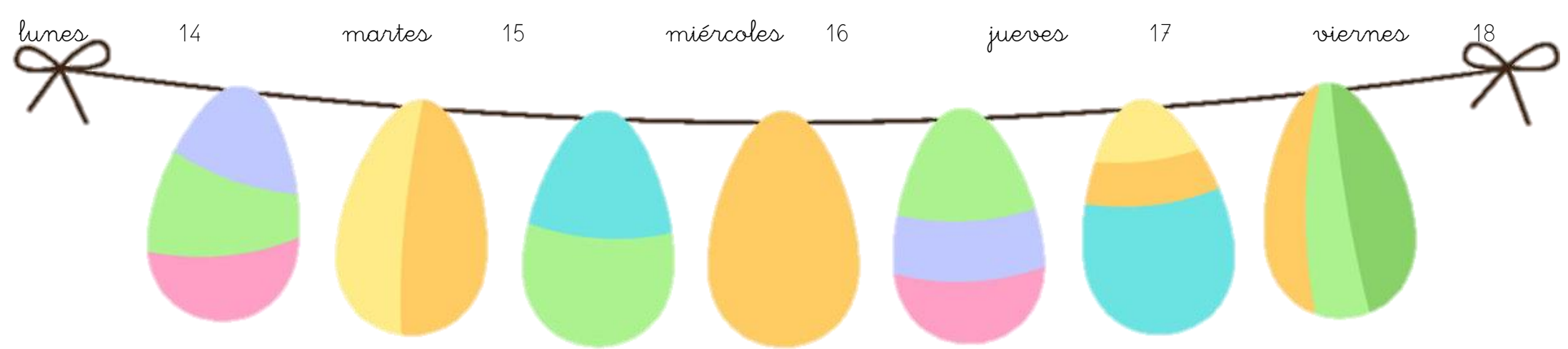
- 1º PURÉ DE CALABACÍN
- 2º PIZZA ITALIANA CON ENSALADA
- 1º CREAM OF COURGETTE AND CARROT SOUP
- 2º ITALIAN PIZZA AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	747	Kcal	3122	kJ
Lípidos	35 g.	[Saturados	10 g.]	
H.Carbono	80 g.	[Azúcares	19 g.]	
Proteínas	28 g.	Sal	4 g.	

viernes 11





lunes 21

Vuelta a clase

martes 22

1º LENTEJAS HORTELANAS
2º NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA

1º LENTIL AND VEGETABLE STEW
2º CHICKEN NUGGETS AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	746	Kcal	3118	kJ
Lípidos	34	g.	[Saturados 7	g.]
H.Carbono	78	g.	[Azúcares 17	g.]
Proteínas	32	g.	Sal 2,5	g.

miércoles 23

1º ESPAGUETIS NAPOLITANA
2º LOMO PLANCHA CON BASTONES DE BERENJENA

1º SPAGHETTI NAPOLITANA
2º GRILLED LOIN AND AUBERGINE STICKS

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	764	Kcal	3194	kJ
Lípidos	36	g.	[Saturados 8,5	g.]
H.Carbono	79	g.	[Azúcares 14,9	g.]
Proteínas	31	g.	Sal 3,8	g.

jueves 24

1º CREMA DE CALABAZA
2º HUEVOS ROTOS CON PATATAS

1º CREAM OF PUMPKIN SOUP
2º BROKEN EGGS AND FRENCH FRIES

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	729	Kcal	3047	kJ
Lípidos	41	g.	[Saturados 9	g.]
H.Carbono	53	g.	[Azúcares 15	g.]
Proteínas	37	g.	Sal 1,5	g.

viernes 25

1º PAELLA VALENCIANA
2º MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA

1º VALENCIAN PAELLA
2º BAKED HAKE AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	748	Kcal	3127	kJ
Lípidos	20	g.	[Saturados 5	g.]
H.Carbono	107	g.	[Azúcares 14	g.]
Proteínas	35	g.	Sal 3,7	g.

lunes 28

1º JUDÍAS VERDES CON TOMATE O SOPA MARAVILLA
2º ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA

1º GREEN BEANS IN TOMATO SAUCE OR NOODLE SOUP
2º MEATBALLS IN A MUSHROOM AND TOMATO SAUCE

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	729	Kcal	3047,22	kJ
Lípidos	37	g.	[Saturados 16	g.]
H.Carbono	61	g.	[Azúcares 14,3	g.]
Proteínas	38	g.	Sal 3,7	g.

martes 29

1º CODITOS CARBONARA
2º FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA

1º PASTA CARBONARA
2º GRILLED DAB AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	767	Kcal	3206	kJ
Lípidos	31	g.	[Saturados 16	g.]
H.Carbono	91	g.	[Azúcares 14,3	g.]
Proteínas	31	g.	Sal 3,7	g.

miércoles 30

1º GARBANZOS GUIADOS
2º TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA

1º CHICKPEA STEW
2º HAM OMELETTE AND SALAD

PAN Y POSTRE
BREAD AND DESSERT

Calorías	729	Kcal	3047	kJ
Lípidos	37	g.	[Saturados 8	g.]
H.Carbono	60	g.	[Azúcares 17	g.]
Proteínas	39	g.	Sal 2,6	g.

RECOMENDACIONES PARA LAS CENAS	
SI COMES	PUEDES CENAR
Pasta o Arroz y Carne	Verdura/Ensalada y Pescado
Pasta o Arroz y Pescado	Verdura y Huevo
Pasta o Arroz y Huevo	Verdura/Ensalada y Carne
Verdura y Carne	Patata y Pescado
Verdura y Pescado	Patata y Huevo
Verdura y Huevo	Arroz y Carne
Legumbre y Carne	Verdura/Ensalada y Pescado
Legumbre y Pescado	Verdura y Huevo
Legumbre y Huevo	Verdura/ensalada y Carne

Cumpliendo con el Reglamento 1169/2011 del 25 Octubre del 2011, disponemos de la información sobre alérgenos en la dirección del centro. La ensalada que acompaña a los platos puede variar entre los siguientes ingredientes: lechuga, tomate, zanahoria, maíz, remolacha y aceitunas



Calle Tormes, 6 - 28840 - MEJORADA DEL CAMPO - MADRID
 Telf.: 91 392 35 59 - email : info@alegria.com.es
www.alegria.com.es