

# Menú SIN HUEVO

Abril 2026

LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES MENÚ DE PASCUA	JUEVES 02	VIERNES 03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre. * Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, pan integral de masa madre y, como mínimo, 2 veces de pan integral.</p> 		<p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, atún) Arroz al horno con garbanzos Cinta de lomo a la plancha Yogur y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<b>FESTIVO</b>	<p>Pasta sin huevo con salsa de tomate Tosta de pan jamón serrano Maíz salteado Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras) Pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea Jamoncito de pollo marinado al limón y romero Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan</p>
<p>Guiso de lentejas con verduras Cinta de lomo a la plancha Champiñones salteados Fruta de temporada y pan</p>	<p>Pasta sin huevo a la carbonara vegetal (con soja texturizada) Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras Pollo al horno Brócoli salteado Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan</p>
<p>Arroz integral caldoso de pescado Panini casero de verduras gratinado Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura Pollo sofrito al ajillo Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b> Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada <b>Hamburguesa con queso</b> Patatas fritas Fruta de temporada y pan</p> 	<p>Sopa de ave con pasta sin huevo Cocido de patata, garbanzos, col, zanahoria Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p> 

# la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

## 01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!  
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

## 03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

## 02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

## 04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

# RECOMENDADOR DE CENAS

### PRIMEROS PLATOS

   
Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Pasta/Arroz



Verdura



Legumbres



Verdura



Pasta/Arroz

  
Para cenar puede ser...

### SEGUNDOS PLATOS

   
Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



carne



Pescado



Pescado



Huevo



carne



Legumbres



Verdura



Huevo



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo

# Listado de alérgenos por plato para el Menú SIN HUEVO

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SUÍTOS			
SIN HUEVO	Semana 1	Lunes	Primero	-	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.                 </div>																
			Segundo	-																	
		Guarnición	-																		
		Martes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
		Guarnición	-																		
	Miércoles	Primero	Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, z					4								11	12		14		
		Segundo	Arroz al horno con garbanzos			2							9								
		Guarnición	Cinta de lomo a la plancha																		
	Jueves	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		
	Viernes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		
	Semana 2	Lunes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
			Guarnición	-																	
		Martes	Primero	-																	
			Segundo	-																	
			Guarnición	-																	
Miércoles	Primero	-																			
	Segundo	Pollo al horno																			
	Guarnición	-																			
Jueves	Primero	-																			
	Segundo	-																			
	Guarnición	-																14			
Viernes	Primero	-																			
	Segundo	-																			
	Guarnición	-																			
Semana 3	Lunes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		
	Martes	Primero	Pasta sin huevo con salsa de tomate										9								
		Segundo	Tosta de pan jamón serrano		1								9								
		Guarnición	Maíz salteado																		
Miércoles	Primero	Lentejas con verduras		1																	
	Segundo	Merluza en salsa verde					4														
	Guarnición	Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzar			2																
Jueves	Primero	Arroz caldoso de la huerta (con verduras)													12						
	Segundo	Pollo al horno																			
	Guarnición	Ensalada de lechuga, maíz y remolacha																			
Viernes	Primero	Potaje de garbanzos a la mediterránea																			
	Segundo	Jamoncito de pollo marinado al limón y rome																			
	Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla cru		1								9									
Semana 4	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras		1																
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha																		
		Guarnición	Champiñones salteados																		
	Martes	Primero	Pasta sin huevo a la carbonara vegetal (con s																14		
		Segundo	Abadejo en tempura casera		1			4					9								
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																14		
Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate a la provenzal																			
	Segundo	Picos con hummus de garbanzos		1	2					7		9	10								
	Guarnición	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas																			
Jueves	Primero	Alubias estofadas con verduras																			
	Segundo	Pollo al horno																			
	Guarnición	Brócoli salteado																			
Viernes	Primero	Crema de verduras de temporada con toston		1								9									
	Segundo	Longanizas al horno			2							9						14			
	Guarnición	Patata panadera al horno																			
Semana 5	Lunes	Primero	Arroz integral caldoso de pescado									9			11						
		Segundo	Panini casero de verduras gratinado		1	2						9						14			
		Guarnición	Ensalada de col, zanahoria y manzana																		
	Martes	Primero	Guiso de patata y verdura										9			11					
		Segundo	Pollo sofrito al ajillo																		
		Guarnición	Zanahoria salteada																		
Miércoles	Primero	Crema de legumbres eco y hortalizas de tem																			
	Segundo	Hamburguesa con queso			2							9						14			
	Guarnición	Patatas fritas																			
Jueves	Primero	Sopa de ave con pasta sin huevo										9			12			14			
	Segundo	Cocido de patata, garbanzos, col, zanahoria																			
	Guarnición	Ensalada de lechuga, maíz y remolacha																			
Viernes	Primero	-																			
	Segundo	-																			
	Guarnición	-																			

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.