

Menú SIN GLUTEN

Marzo 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Hervido valenciano de judía verde Taquitos de magro en salsa de naranja Champiñones salteados Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz meloso de costillas y coliflor Rape en salsa de tomate Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de legumbres (sin lentejas) y hortalizas Revuelto de huevo, patata y bacon Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Yogur natural con topping de cacao en polvo y pan sin gluten	Sopa de verduras con pasta sin gluten y garbanzos Pollo tikka masala Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten	Pasta sin gluten en salsa de nata con salmón Panini sin gluten con boloñesa vegetal Ensalada de tomate y orégano Fruta de temporada y pan sin gluten
09	10	11	JORNADA DE FALLAS Paella valenciana Tosta de pan sin gluten con hummus de garrofón Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Yogur y pan sin gluten	13
Guiso de patata y verdura Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de calabacín Longanizas Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan sin gluten	Pasta sin gluten con tomate Merluza en salsa verde Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan sin gluten		Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten
16	17	18	19	20
Crema de verduras de temporada Cinta de lomo en salsa de miel y mostaza Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan sin gluten	Garbanzos estofados Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz caldoso de pescado Tortilla francesa Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan sin gluten	FESTIVO	Pasta sin gluten con tomate Tosta de pan sin gluten con atún y tomate Brócoli salteado Fruta de temporada y pan sin gluten
23	24	JORNADA TAILANDIA	26	27
Arroz a banda Panini sin gluten con boloñesa vegetal Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan sin gluten	Vichyssoise Hamburguesa mixta al horno Patatas fritas Fruta de temporada y pan sin gluten	Fabada vegetal Pollo al horno Nachos Fruta de temporada y pan sin gluten	Pasta sin gluten a la boloñesa Limanda al limón Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan sin gluten	Guiso de patata y verdura Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan sin gluten
30	31	01	02	03
Pasta sin gluten en salsa de calabaza y queso Merluza en salsa de pesto Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan sin gluten	Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan sin gluten	* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre. ¡Todos los cítricos son 100% de la Comunidad Valenciana!		ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR": VIAJAREMOS A TAILANDIA  Jornada Internacional

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...	Para cenar puede ser...
Verdura	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	Verdura
Legumbres	Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
Huevo	carne Pescado
Pescado	Huevo carne
Legumbres	Verdura Huevo
carne	Huevo Pescado
Fruta	lácteo