

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2	3	4	5	6 DIA DE LA DONA
Ensalada variada amb pollastre Fideua marinera Pa integral Fruita fresca de temporada	Bollit valencià Magre en salsa de tomaca Ensalada d'encisam, api i olives Pa logurt natural	Cassola de cigrons amb carabassa Trita de creïlla Ensalada d'encisam, tomaca i ceba Pa Fruita fresca de temporada	Crema de coliflor Alitas de pollastre al forn Encisam, carlota i remolatxa Pa integral Fruita fresca de temporada	Olleta alacantina (lentilles amb fesols i arròs integral) Lluç al forn Ensalada d'encisam, dacsa i carlota Fruita fresca de temporada
9	10	11	12	13
Macarrons integrals al napolità Lluç rostit a la llima Ensalada d'encisam, tomaca i carlota Pa Fruita fresca de temporada	Creïlles estofades amb pollastre i verdures Pizza de tonyina Encisam, carlota i remolatxa Pa integral Fruita fresca de temporada	Tosta amb tomaca i verat <i>Arròs al forn vegetal amb cigrons ECO</i> Ensalada Pa Fruita fresca de temporada	Lentilles a la de La Rioja Trita francesa Ensalada de cogombre, dacsa i encisam Pa integral logurt natural	Crema de pèsols i carlota Mandonguilles en salsa espanyola amb creïlles Ensalada d'encisam, tomaca i olives desossades Pa Fruita fresca de temporada
16	17 PRIMAVERA	18	19	20
Lentilles ECO amb verdures Croquetes de pernil Ensalada d'encisam, tomaca i ceba Pa Fruita fresca de temporada	Arròs amb pollastre i verdures de proximitat <i>Saltat de cigrons al toc suau de curri</i> Ensalada d'encisam, tomaca i carlota Pa integral Fruita fresca de temporada	Macarrons integrals amb tomaca i ou Lluç enforat amb daditos de carlota Encisam, carlota i remolatxa Pa logurt natural	FESTIU	FESTIU
23	24	25	26 DIA DEL TEATRE	27 FIESTA DEL DRAGÓN
Arròs integral tres delícies (pésol, dacsa i carlota) Lluç al forn Ensalada d'encisam, tomaca i carlota Pa Fruita fresca de temporada	Favada vegetal Regirat d'ou i creïlla amb carabasseta Ensalada Pa integral Fruita fresca de temporada	Crema de carabassa rostida Pollastre al forn amb herbes provençals Ensalada Pa logurt natural	Sopa minestrone <i>Fajitas veggie (verdures i soja texturada)</i> Ensalada de dacsa, tomaca i encisam Pa integral logurt natural	Wok de tallarines amb verdures en salsa de soja Rotllets de primavera Ensalada xinesa Pa Inspiració de Niangao
30 DIA DE LA O DEIXALLA	31	Una vegada al mes se servirà llet fresca de la nostra granja de proximitat, La Vaqueria del Camp d'Elx	TAILÀNDIA: Degustació de pa de gamba Descobrint la proteïna vegetal	
Pasta ECO amb tomaca i formatge Trita de tonyina Ensalada Pa Fruita fresca de temporada	Potatge de cigrons amb espinacs Alitas de pollastre al forn Ensalada de cogombre, dacsa i encisam Pa integral Fruita fresca de temporada			

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



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.















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.



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
---	--