

Menú SIN PESCADO

Abril 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	MENÚ DE PASCUA	02	03
* 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.		Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas Arroz al horno con garbanzos Revuelto de huevo Coca en llanda y pan	FESTIVO	FESTIVO
06	07	08	09	10
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
13	14	15	16	17
FESTIVO	Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate) Tosta de pan jamón serrano Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Lentejas con verduras Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Arroz caldoso de la huerta (con verduras) Tortilla de patata Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	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
20	21	22	23	24
Guiso de lentejas con verduras Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales a la carbonara vegetal (con soja texturizada) Cinta de lomo a la plancha Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Yogur natural con canela y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan	Alubias estofadas con verduras Pollo al horno Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan
27	28	JORNADA EEUU	30	01
Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Pollo sofrito al ajillo Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada Hamburguesa mixta completa (pan, queso, tomate, lechuga) Patatas fritas Fruta de temporada y pan 	Sopa de cocido con fideos Cocido de patata, garbanzos, col, zanahoria Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU 

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.

02 Convivencia

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

03 Sostenibilidad

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

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



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Huevo



Verdura



Huevo



Pescado



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo

Listado de alérgenos por plato para el Menú SIN PESCADO

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	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS		
SIN PESCADO	Semana 1	Lunes	Primero	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.																
			Segundo																	
			Guarnición																	
		Martes	Primero																	
			Segundo																	
			Guarnición																	
		Miércoles	Primero		Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahori															14
			Segundo		Arroz al horno con garbanzos		2									9				
			Guarnición		Revuelto de huevo			3												
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	
	Semana 2	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	-																
		Martes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	-																
		Miércoles	Primero	-																
			Segundo	Tortilla de patata			3													
			Guarnición	-																
	Jueves	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-															14		
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	
	Semana 3	Lunes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	-																
		Martes	Primero	Espaguetis integrales al pomodoro (con sals:	1									9						
			Segundo	Tosta de pan jamón serrano	1									9						
			Guarnición	Maíz salteado																
		Miércoles	Primero	Lentejas con verduras	1															
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha																
			Guarnición	Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzar		2														
	Jueves	Primero	Arroz caldoso de la huerta (con verduras)														12			
		Segundo	Tortilla de patata			3														
		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	Revuelto de huevo			3														
		Guarnición	Champiñones salteados																	
	Martes	Primero	Macarrones integrales a la carbonara vegetal	1	2	3						9								
		Segundo	Cinta de lomo a la plancha																	
		Guarnición	Ensalada lechuga, zanahoria y huevo			3														
	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 con verduras																	
		Segundo	Tortilla francesa			3														
		Guarnición	Ensalada de col, zanahoria y manzana																	
	Martes	Primero	Guiso de patata y verdura																	
		Segundo	Pollo sofrito al ajillo																	
		Guarnición	Zanahoria salteada																	
	Miércoles	Primero	Crema de legumbres eco y hortalizas de tem																	
		Segundo	Hamburguesa mixta completa (pan, queso, t	1	2	3				8	9	10						14		
		Guarnición	Patatas fritas																	
Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos	1									9			11					
	Segundo	Cocido de patata, garbanzos, col, zanahoria																		
	Guarnición	Ensalada de lechuga, maíz y remolacha																		
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
	Guarnición	-																		