

Menú ASTRINGENTE

Marzo 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Patata hervida Magro al horno Yogur natural y pan	Arroz en blanco Rape al horno Yogur natural y pan	Crema de patata Revuelto de huevo Yogur natural y pan	Sopa de fideos Pollo al horno Yogur natural y pan	Macarrones en blanco Tosta de atún Yogur natural y pan
09	10	11	JORNADA DE FALLAS Arroz en blanco Tosta de atún Yogur natural y pan	13
Hervido de patata y zanahoria Tosta de jamón york Yogur natural y pan	Crema de patata Tosta de atún Patata panadera al horno Yogur natural y pan	Espaguetis en blanco Tortilla francesa Yogur natural y pan		Sopa de ave con fideos Tortilla francesa Yogur natural y pan sin gluten
16	17	18	19	20
Crema de patata Cinta de lomo a la plancha -	Hervido de patata y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Yogur natural y pan	Arroz en blanco Tortilla francesa Yogur natural y pan	FESTIVO	Macarrones en blanco Tosta de atún Yogur natural y pan
23	24	25	26	27
Arroz en blanco Tosta de atún Yogur natural y pan	Vichyssoise con tostones caseros Hamburguesa de ave a la plancha Patatas fritas Yogur natural y pan	Crema de patata Pollo al horno - Yogur natural y pan	Espaguetis en blanco Limanda al limón Yogur natural y pan	Hervido de patata y zanahoria Tortilla francesa Yogur natural y pan
30	31	01	02	03
Coditos en blanco Merluza al horno Yogur natural y pan	Sopa de ave con fideos Pollo al horno Yogur natural y pan			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