

Menú SIN LEGUMBRES

Marzo 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Hervido de patata, zanahoria y calabacín 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 verduras de temporada 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 arroz Pollo tikka masala Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz con salmón Tosta sin gluten de verduras Ensalada de tomate y orégano Fruta de temporada y pan sin gluten
09	10	11	JORNADA DE FALLAS Paella valenciana sin judía verde, sin garrofón Tosta de pan sin gluten con atún y tomate 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 Pollo al horno Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan sin gluten		Guiso de patata y verdura 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 Abadejo al horno Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan sin gluten	Guiso de patata y verdura 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	Arroz con salsa de 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 Tosta de pan sin gluten con atún y tomate Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan sin gluten	Vichyssoise Abadejo al horno Patatas fritas Fruta de temporada y pan sin gluten	 Guiso de patata y verdura Pollo al horno Nachos Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz con salsa de tomate 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
Arroz en salsa de calabaza Merluza en salsa de pesto Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan sin gluten	Sopa de ave con arroz 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 

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