

Menú Basal

DICIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Ensalada variada Sopa de ave con fideos Pollo al horno Fruta de temporada / pan	02 Crema de verduras Lomo adobado Ensalada variada Fruta de temporada / pan	03 Lentejas Tortilla de patata Ensalada variada Fruta de temporada / pan	04 Espaguetis eco a la napolitana Delicias de pescado crujientes Ensalada variada Fruta de temporada / pan	05 Paella valenciana Entremeses Ensalada variada Fruta de temporada / pan
08 Festivo  Jornada internacional	09 DEGUSTACIÓN SUECIA Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada Albóndigas con tomate Ensalada variada Fruta de temporada / pan	10 Arroz caldoso con verduras Tortilla de jamón cocido Champiñones salteados Fruta de temporada / pan	11 Fideos a la cazuela Limanda al horno Ensalada variada Fruta de temporada / pan	12 Sopa de fideos con garbanzos Pollo al horno Maíz salteado Fruta de temporada / pan
15 Lentejas de la huerta Tortilla francesa Ensalada variada Fruta de temporada / pan	16 Arroz a la cubana Salmón al horno Ensalada variada Fruta de temporada / pan	17 Sopa marinera Contramuslo de pollo marinado al limón y romero Ensalada variada Fruta de temporada / pan	18 Pasta napolitana Guisantes salteados con huevo cocido Ensalada variada Fruta de temporada / pan	19 DEGUSTACIÓN BÉLGICA Crema de calabacín con tostones caseros Magro asado en salsa de naranja Ensalada variada  Jornada internacional
20 MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD Sopa de navidad Hamburguesa completa Patatas fritas Bizcocho de chocolate / pan	21  Papel contenido	22 23	24	25  Jornada internacional
26	27	28	29	30
31 ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO "UN MUNDO LLENO DE SABOR": VIAJAREMOS A FINLANDIA Y A GRECIA ADEMÁS, CELEBRAREMOS EL DÍA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA DENTRO DE NUESTRO PROYECTO NUTRILAB	01  Jornada internacional	02 El menú puede variar por circunstancias de producción.		

* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre.

* Todas las semanas se servirá pan blanco, pan integral o pan integral de masa madre.

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.



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

SEGUNDOS PLATOS

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

Fruta	lácteo
-------	--------

