



Menú SIN FRUTOS SECOS

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
05 Todos nuestros cítricos son 100% de la Comunidad Valenciana!	06	07 Sopa de verduras y garbanzos Tortilla francesa con queso Ensalada variada Fruta de temporada / pan	08 Arroz con magro y coliflor Rape a la napolitana Ensalada variada Fruta de temporada / pan	09 Crema de verduras y hortalizas Pollo al ajillo Maíz salteado Fruta de temporada / pan
DEGUSTACIÓN COREA DEL SUR Bibimbap (arroz con verduras y taquitos de magro) Caballa en salsa de tomate Ensalada variada Fruta de temporada / pan	13 Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada variada Yogur natural con canela / pan	14 Fideuá vegetal Hummus de garbanzos con pan tostado Ensalada variada Fruta de temporada / pan	15 Crema de calabacín y tostones caseros sin alérgenos Lomo de cerdo en salsa española Gnocchis Fruta de temporada / pan	16 Lentejas ecológicas con arroz y hortalizas Panini de verduras con mozzarella Ensalada variada Fruta de temporada / pan
19 Paella valenciana Tortilla francesa Champiñones salteados Fruta de temporada / pan	20 Macarrones eco con tomate Merluza al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada / pan	21 DEGUSTACIÓN INDIA Lentejas eco al estilo tradicional con verduras Pollo tikka masala Ensalada variada Fruta de temporada / pan	22 Crema de verduras de temporada con tostones caseros sin alérgenos Hamburguesa sin alérgenos Patatas fritas Fruta de temporada / pan	23 Sopa de puchero sin alérgenos con maravilla Pizza casera de garbanzos con tomate y queso Ensalada variada Fruta de temporada / pan
26 Crema de legumbres con tostones caseros sin alérgenos Cinta de lomo en salsa de miel y mostaza Ensalada variada Fruta de temporada / pan	27 Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada variada Fruta de temporada / pan	28 Arroz al horno sin alérgenos Hummus de garbanzos con pan tostado Ensalada variada Fruta de temporada / pan	29 Sopa de puchero sin alérgenos Hamburguesa vegetal Ensalada variada Fruta de temporada / pan	30 Espaguetis a la napolitana Limanda a la meniere Ensalada variada Fruta de temporada / pan
02 * 1 vez a la semana se servirá yogur como postre.	03 	04  ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR": VIAJAREMOS COREA DEL SUR E INDIA	05 	06 El menú puede variar por circunstancias de producción. 

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.



03 Sostenibilidad

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

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...	Para cenar puede ser...
Verdura	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	Verdura
Legumbres	Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

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