

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01	02
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD
05	06	07	08	09
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	- - - y	- - - y
12	13	14	15	16
- - Ensalada de lechuga y aceitunas y	- Pincho moruno de pollo - y	- - - y	- - - y	- - - y
19	20	21	22	23
- - - y	- - - y	- - - y	- - - y	- - - y
26	27	28	29	01
- - - y	- - Judías verdes y guisantes salteados Yogur natural y	- Lomo a la española - y	- - - y	- - - y



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

Listado de alérgenos por plato para el Menú Recomendación cenas

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	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS
Recomendación c	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Martes	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Miércoles	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Jueves	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Viernes	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
	Semana 2	Lunes	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Martes	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Miércoles	Primero		0														
			Segundo	VACACIONES															
			Guarnición	DE															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 3	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas															14
		Martes	Primero	-															
			Segundo	Pincho moruno de pollo															14
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 4	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 5	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Judías verdes y guisantes salteados															
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	Lomo a la española															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Viernes		Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															