

Menú Dieta Blanda y SIN LACTOSA

FEBRERO 2026

LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
Sopa de ave con fideos Magra a la plancha - Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Hervido de patata, zanahoria y calabacín Gallo al horno Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Arroz con zanahoria y calabacín Revuelto de huevo Calabacín asado Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Crema de calabacín Pechuga de pollo al horno o a la plancha Zanahoria baby al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Espaguetis en blanco Merluza al horno - Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits
Calabacín salteado Pechuga de pollo al horno o a la plancha Patata al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Arroz hervido con pollo Merluza al horno Calabacín asado Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits JORNADA NUTRILAB	Crema de zanahoria Tortilla francesa Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Hervido de patata, zanahoria y calabacín Magra a la plancha Patata al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Macarrones en blanco Bacalao al horno o a la plancha Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits
Arroz con calabaza y calabacín Merluza al horno Zanahoria baby al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Crema de calabaza asada Tortilla francesa Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Hervido de patata, zanahoria y calabacín Cinta de lomo al horno o a la plancha Patata al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Espirales en blanco Filete de pollo a la plancha Calabacín asado Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Hervido de patata, zanahoria y calabacín Bacalao al horno o a la plancha Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits
Calabacín salteado Pechuga de pavo al horno Arroz salteado Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Arroz hervido con zanahoria Magra a la plancha Patata al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Crema de calabacín Filete de pollo a la plancha Zanahoria baby al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Sopa de ave con arroz Merluza al horno Zanahoria baby al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits CELEBRAMOS EL DÍA DE ANDALUCÍA	Patata con zanahoria, calabacín y calabaza Tortilla francesa Calabacín asado Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits
Crema de zanahoria Merluza al horno Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Espirales en blanco Pincho moruno de pollo Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Hervido de patata, zanahoria y calabacín Revuelto de huevo Calabaza asada Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Sopa de ave con arroz Cinta de lomo al horno o a la plancha Patata al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits	Arroz con calabaza y calabacín Gallo al horno Zanahoria baby al vapor Fruta fresca madura (manzana, pera o platano) y biscuits



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
	
	Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

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