

Menú Sin huevo

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Sopa casera de puchero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimientos casero	Paella de verduras	Crema de calabacín y puerro	Espaguetis con tomate
Magro de cerdo a la riojana	Gallo al horno	Pechuga de pavo al horno	Daditos de pollo en salsa	Merluza al horno con ajo y perejil
Zanahoria salteada	Lechuga, col y zanahoria	Lechuga, maíz y orégano	Patatas asadas	Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Batido casero de yogur con fruta y pan integral
09	10	11	12	13
Lechuga, tomate, maíz y atún	Arroz hervido con pollo	Crema de verduras y hortalizas	Puchero de alubias blancas con verduras de temporada y aroma de	Macarrones en salsa de tomate casera
Pechuga de pollo al horno o a la plancha	Merluza al horno	Pechuga de pavo al horno	Lomo con pimienta y cebolla	Caballa en salsa de zanahorias
Patatas fritas	Crunchybanzos	Tomate aliñado	Patata panadera al horno	Menestra de verduras salteadas
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Batido casero de yogur con fruta y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz con salsa de tomate casera	Crema de calabaza asada	Garbanzos con patatas y sofrito de verduras	Espirales aglio-olio	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimientos casero
Merluza a la andaluza	Pechuga de pavo al horno	Cinta de lomo en salsa	Filete de pollo a la plancha	Salmón al horno con eneldo
Ensalada de lechuga y zanahoria	Tomate aliñado	Patata al vapor	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Yogur natural y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral
23	24	25	26	27
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	Arroz caldoso con verduras	Crema de calabacín	Patatas con chocos	Garbanzos guisados con calabaza
Lentejas con arroz	Magra a la plancha	Filete de pollo a la plancha	Merluza a la andaluza	Pechuga de pavo al horno
-	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y remolacha	Aliño de zanahorias	Calabacín asado
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Natillas vainilla y pan	Fruta fresca y pan integral
02	03	04	05	06
Crema de zanahoria	Espirales en salsa de tomate casera	Lentejas con verduras	Sopa de ave con arroz	Arroz con calabaza y calabacín
Merluza en adobo de limón frito	Pincho moruno de pollo	Filete de ternera a la plancha	Cinta de lomo al horno o a la plancha	Gallo al horno
Ensalada de lechuga y aceitunas	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas fritas	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Batido casero de yogur con fruta y pan integral



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...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Huevo



Verdura



Huevo



Pescado



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo