

ABRIL 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
06 Patatas estofadas con verduras (acelga. zanahoria. puerro) Revuelto de patatas salteado Tomate aliñado Fruta fresca y pan sin alérgenos	07 Crema de calabaza asada Cinta de lomo en salsa Patata al vapor Fruta fresca y pan sin alérgenos	08 Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la andaluza sin gluten Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos	09 - Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin alérgenos	10 Puchero de alubias blancas con verduras de temporada v aroma Salmón al horno con eneldo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin alérgenos
13 Macarrones sin gluten con salsa de tomate Merluza guisada a la mediterránea (tomate. pimienta. cebolla) Tomate aliñado Fruta fresca y pan sin alérgenos	14 Garbanzos guisados con calabaza Magro horno/plancha Patatas fritas Fruta fresca y pan sin alérgenos	15 Crema de calabacín Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan sin alérgenos	16 Ensalada de lechuga, tomate, maíz. zanahoria. atún v huevo Pechuga de pavo horno/plancha - Fruta fresca y pan sin alérgenos	17 Arroz caldoso con verduritas Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos
20 Crema de calabacín Cinta de lomo al horno o a la plancha Patatas asadas con ajo y perejil Fruta fresca y pan sin alérgenos	21 Macarrones sin gluten con salsa de tomate Pinchitos de pollo sin alérgenos Tomate aliñado Fruta fresca y pan sin alérgenos	22 Brócoli salteado Tortilla de patata y cebolla plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin alérgenos	23 Crema de zanahoria Merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan sin alérgenos	24 Arroz caldoso con pollo Gallo al horno Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos
27 Arroz integral con salsa de tomate casera Pechuga de pollo al horno o a la plancha Zanahoria salteada Fruta fresca y pan sin alérgenos	28 Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, atún y huevo Pechuga de pavo horno/plancha Patatas fritas Fruta fresca y pan sin alérgenos	29 Patatas con chocos Cinta de lomo al horno o a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin alérgenos	30 Espirales sin gluten con salsa de tomate Revuelto de calabacín salteado Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos	01 Paella de verduritas (guisante, calabacín) Salmón al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos FESTIVO NACIONAL : DÍA DEL
04 Macarrones sin gluten con verduras en salsa de tomate (calabacín, berenjena) Tortilla francesa plancha Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta fresca y pan sin alérgenos	05 Crema de zanahoria Cinta de lomo al horno o a la plancha Patatas fritas Fruta fresca y pan sin alérgenos	06 Potaje de alubias blancas con calabacín, judías verdes, zanahoria y pimientos Pollo salteado al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan sin alérgenos	07 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Pechuga de pavo horno/plancha - Fruta fresca y pan sin alérgenos	08 Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde (guisante) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin alérgenos



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



🏠
☾
Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Pasta/Arroz



Verdura



Legumbres



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

☀️
📖
Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



🏠
☾
Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Pescado



Huevo



carne



Legumbres



Verdura



Huevo



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo