

Menú SIN HUEVO CRUDO

ABRIL 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (PRIMAVERA): MANZANA, PLÁTANO/BANANA, PERA, MELÓN, SANDÍA La fruta servida, podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada		01 VACACIONES DE SEMANA SANTA 	02 VACACIONES DE SEMANA SANTA 	03 VACACIONES DE SEMANA SANTA 
06 Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Arroz salteado Fruta fresca de temporada y pan blanco	07 Guiso de lentejas con calabaza Filete de contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan integral	08 Patatas guisadas con pollo Filete de merluza a la plancha / al horno Maíz dulce salteado Fruta fresca de temporada y pan blanco	09 Tallarines con york y verduras Cinta de lomo a la plancha / horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz salteado con champiñones (arroz, champiñones, cebolla, ajo y laurel) Abadejo en salsa (tomate, pimiento) Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan blanco
13 Espirales al pomodoro con aceituna negra Guiso de lentejas con calabaza Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada y pan blanco	14 Crema de coliflor Albóndigas a la española (cebolla, tomate, pimiento, zanahoria) Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	15 Guiso de alubias blancas con patatas y verduras Abadejo a la plancha / horno Tomate fresco aliñado con oregano Fruta fresca de temporada y pan blanco	16 Arroz integral con salsa de tomate Merluza en salsa de naranja Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan integral	17 Sopa casera de verduras con garbanzos Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan blanco
20 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Magro de cerdo en salsa aromática Puré de patata Fruta fresca de temporada y pan blanco	21 Crema de lentejas y manzana Pollo en salsa con champiñones Yogur y pan integral	22 Espaguetis integrales con tomate Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca de temporada y pan blanco	23 Arroz con pollo al curry Salteado de garbanzos con calabacín, pimiento y maíz Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	24 Crema de calabaza (calabaza, patata, zanahoria y cebolla) Bacalao al horno / plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan blanco
27 Patatas guisadas con pollo Caballa en salsa de tomate Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan blanco	28 Espaguetis integrales con salsa de tomate Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	29 Crema de puerro y zanahoria Hamburguesa mixta a la jardinera Patatas dado al horno Fruta fresca de temporada y pan blanco	30 Menestra de verduras salteadas Cocido andaluz Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada 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

Listado de alérgenos por plato para el Menú SIN HUEVO CRUDO

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
SIN HUEVO CRUD	Semana 1	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria													14	
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con patatas y verd														14
			Segundo	Filete de merluza a la plancha / al horno				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Sopa casera de ave con fideos	1								9		11	12		14
			Segundo	Caldereta de pollo (tomate, zanahoria, pimie														
			Guarnición	Pisto de verduras hortelano (calabacin, tom														
		Jueves	Primero	Judías verdes salteadas al ajillo														
			Segundo	Cocido andaluz		2							9			12		14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Crema de zanahoria (zanahoria, patata, cebi														14
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno / plancha	1	2	3						9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
	Semana 2	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Arroz salteado														
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con calabaza	1													14
			Segundo	Filete de contramuslo de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y brotes de soja									9					14
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo														14
			Segundo	Filete de merluza a la plancha / al horno				4										
			Guarnición	Maíz dulce salteado														
		Jueves	Primero	Tallarines con york y verduras	1	2	3						9		11			14
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha / horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Viernes	Primero	Arroz salteado con champiñones (arroz, cha														
			Segundo	Abadejo en salsa (tomate, pimiento)				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Espirales al pomodoro con aceituna negra	1								9		11			14
			Segundo	Guiso de lentejas con calabaza	1													14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Crema de coliflor														14
			Segundo	Albóndigas a la española (cebolla, tomate, p	1	2	3						9					14
			Guarnición	Patatas dado mitas														
		Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con patatas y verd														14
			Segundo	Abadejo a la plancha / horno				4										
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con oregano														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate														
			Segundo	Merluza en salsa de naranja	1			4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		viernes	Primero	Sopa casera de verduras con garbanzos											11			14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con finas hierba														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1	2	3						9		11	12		14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
		Martes	Primero	Crema de lentejas y manzana	1													
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición		0													
		Miércoles	Primero	Espaguetis integrales con tomate	1								9		11			
			Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Salteado de garbanzos con calabacín, pimie														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Viernes	Primero	Crema de calabaza (calabaza, patata, zanañ														14
			Segundo	Bacalao al horno / plancha				4	5	6								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Patatas guisadas con pollo														14
			Segundo	Caballa en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Espaguetis integrales con salsa de tomate	1								9		11			
			Segundo	Filete de pechuga de pavo al horno / planche														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria														14
			Segundo	Hamburguesa mixta a la jardinera	1	2	3						9					14
			Guarnición	Patatas dado al horno														
		Jueves	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Cocido andaluz		2							9			12		14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)														
			Segundo	Filete de contramuslo de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y brotes de soja									9					14

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.