

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 Coditos napolitana Croquetas de jamón Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan blanco	03 Garbanzos estofados Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas Zanahoria dado salteada Yogur y pan integral	04 Arroz con salsa de tomate Salmón en salsa de naranja Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco	05 Crema de coliflor Albóndigas a la española Patatas dado fritas Vasito helado sabores y pan integral	06 Alubias blancas con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan blanco
09 Sopa de fideos Escalope de cerdo Tomate aliñado Fruta fresca y pan blanco	10 Espaguetis aglio-olio Pollo en salsa con champiñones Vasito helado sabores y pan integral	11 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco	12 Crema de calabaza Pizza de jamón york y queso Ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	13 Arroz a la cazuela con magro sin guisantes Filete de merluza a la plancha / al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan blanco
16 Lentejas estofadas con verduras Caprichos de calamar rebozados Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco	17 Macarrones bella aurora Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	18 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Patatas fritas Fruta fresca y pan blanco	19 Arroz tres delicias Filete de contramuslo de pollo al horno / plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Vasito helado sabores y pan integral	20 Cocido andaluz Caballa en salsa de tomate Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan blanco
23 Arroz con salsa de tomate Huevos fritos con frankfurt Ensalada de lechuga y maíz Tarta de la abuela y pan blanco	24 Alubias blancas con chorizo Limanda empanada Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan integral	*informacion adicional al dia 24 de junio *lectivo solamente secundaria		

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



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



Pescado



Huevo



carne



Verdura



Huevo



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo