

| LUNES 30 | MARTES 31 | MIÉRCOLES MENÚ DE PASCUA | JUEVES 02 | VIERNES 03 |
|---|---|---|--|--|
| <p>* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre. * Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p>  | | <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, atún)</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Yogur y pan sin gluten</p> | FESTIVO | FESTIVO |
| FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO |
| FESTIVO | <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tosta de pan sin gluten con jamón serrano</p> <p>Maíz salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Hervido de patata y zanahoria</p> <p>Jamoncito de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> |
| <p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Arroz con verduras</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan sin gluten</p> | <p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Tosta de pan sin gluten con atún y tomate</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Hervido de patata y zanahoria</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Cinta de lomo a la plancha</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> |
| <p>Arroz integral caldoso de pescado (sin judía verde)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>JORNADA EEUU</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Cinta de lomo a la plancha</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>  | <p>Sopa de ave con arroz</p> <p>Hervido de col, patata y zanahoria</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p> | <p>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</p>  |

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

