

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
				1		2		3	
6		7	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS (1, 3, 9) TORTILLA DE PATATA CON CALABACÍN (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (14) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	8	JUDÍAS VERDES CON PATATAS ECOLÓGICAS SALTEADAS (15) HAMBURGUESA VEGETAL AL HORNO (1, 2, 3, 9, 12, 14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	9	GARBANZOS CON PATATAS Y CALABAZA ECOLÓGICA (15) QUESO FRESCO CON CALABACÍN ECOLÓGICO AL HORNO (2) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	10	ARROZ CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON QUESO (2, 3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL (1)
13	LENTEJAS CON ZANAHORIA Y CALABACÍN ECOLÓGICO (1, 15) TORTILLA FRANCESA (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	14	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (1, 3, 9) GARBANZOS CON VERDURAS (15) CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (14) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	15	COLIFLOR CON PATATA ECOLÓGICA QUESO FRESCO CON CALABACÍN ECOLÓGICO AL HORNO (2) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	16	ALUBIAS CON VERDURAS (15) TORTILLA DE PATATA (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (14) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	17	CREMA DE ZANAHORIA REVUELTO DE CALABACIN (3) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL (1)
20	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO REVUELTO DE HUEVO CON TOMATE (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	21	GUISO DE GARBANZOS CON VERDURAS (15) QUESO CON ZANAHORIA (2) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	22	SOPA DE VERDURAS CON ARROZ TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	23		24	
27	ARROZ CON SALSA DE TOMATE TORTILLA FRANCESA (3) CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (14) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	28	LENTEJAS GUIADAS CON CALABAZA ECOLÓGICA (1, 15) CREMA DE CALABACIN CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (14) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)	29	ALUBIAS CON PATATAS ECOLÓGICAS (15) QUESO FRESCO CON CALABACÍN ECOLÓGICO AL HORNO (2) FRUTA FRESCA DE TEMPORADA Y PAN BLANCO (1)	30	CREMA DE VERDURAS CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 14) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (2) Y PAN BLANCO (1)		

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.

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.

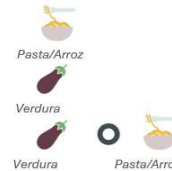
Recomendador de cenas

Primeros platos

Si en el cole el primer plato fue...



Para cenar puede ser...



Segundos platos

Si en el cole el segundo plato fue...



Para cenar puede ser...

