

Menú ASTRINGENTE

Marzo 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 Crema de patata Magro al horno Yogur natural y pan	03 Arroz en blanco Rape al horno Yogur natural y pan	04 Patata y zanahoria al vapor Revuelto de huevo Yogur natural y pan	05 Sopa de fideos Pollo al horno con patatas asadas Yogur natural y pan	06 Macarrones en blanco Tosta de atún Yogur natural y pan
09 Guiso de patatas con pavo Pechuga de pollo al horno Yogur natural y pan	10 Crema de zanahoria Hamburguesa de ave a la plancha Patatas al horno Yogur natural y pan	11 Macarrones salteados con pavo Merluza al horno Yogur natural y pan	JORNADA DE FALLAS Arroz en blanco Jamón york en lonchas Yogur natural y pan	13 Sopa de ave con fideos Tortilla francesa Yogur natural y pan sin gluten
16 Arroz salteado con zanahoria Abadejo al horno Yogur natural y pan	17 Hervido de patata y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Yogur natural y pan	18 FESTIVO	19 FESTIVO	20 FESTIVO
23 Arroz en blanco Cinta de lomo a la plancha Yogur natural y pan	24 Vichyssoise con tostones caseros Hamburguesa de ave a la plancha Patatas al horno Yogur natural y pan	25 Crema de zanahoria Pollo al horno Yogur natural y pan	26 Espaguetis en blanco Limanda al limón Yogur natural y pan	27 Hervido de patata y zanahoria Tortilla francesa Yogur natural y pan
30 Coditos en blanco Merluza al horno Yogur natural y pan	31 Sopa de ave con fideos Pollo al horno Yogur natural y pan	<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre. * Todas las semanas se servirá pan blanco, pan integral de masa madre y, como mínimo, 2 veces de pan integral.</p>		03 
<p>¡Todos los cítricos son 100% de la Comunidad Valenciana!</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