

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES 01	JUEVES 02	VIERNES 03
		TRITURADO DE LENTEJAS FRUTA	TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO YOGUR	TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA FRUTA
06 TRITURADO DE VERDURAS Y PAVO FRUTA	07 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA YOGUR	08 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO FRUTA	09 TRITURADO DE LENTEJAS YOGUR	10 TRITURADO DE VERDURAS Y PAVO FRUTA
13 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA FRUTA	14 TRITURADO DE LENTEJAS YOGUR	15 TRITURADO DE VERDURAS Y PAVO FRUTA	16 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO YOGUR	17 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA FRUTA
20 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO FRUTA	21 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA YOGUR	22 TRITURADO DE LENTEJAS FRUTA	23 TRITURADO DE VERDURAS Y PAVO YOGUR	24 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO FRUTA
27 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA FRUTA	28 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO YOGUR	29 TRITURADO DE VERDURAS Y MERLUZA FRUTA	30 TRITURADO DE VERDURAS Y POLLO YOGUR	31 TRITURADO DE LENTEJAS

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.



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...	Para cenar puede ser...
Legumbres	Verdura
	Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
Legumbres	Verdura
Huevo	Pescado
Pescado	Huevo
carne	carne
Huevo	carne
Legumbres	Huevo
carne	Pescado
Fruta	Lácteos