

Menú Sin lentejas

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Atendiendo al Rgt. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias</p>	<p>MARTES 10 FEBRERO JORNADA GASTRONÓMICA DÍA MUNDIAL DE LAS LEGUMBRES CRUNCHYBANZOS Snacks de garbanzos</p> 		<p>JUEVES 19 FEBRERO JORNADA GASTRONÓMICA ANDALUZA</p> 	<p>SEMANA BLANCA DEL LUNES 23 FEBRERO AL VIERNES 27 DE FEBRERO</p>
02	03	04	05	06
Alubias blancas con verduras Caballa en salsa de tomate Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan blanco	Macarrones gratinados con queso Revuelto de huevo y jamón york Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan integral	Crema de puerro y zanahoria Hamburguesa mixta en salsa de verduras Patatas fritas Fruta fresca y pan blanco	Cocido andaluz Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan integral	Paella de verduritas Contramuslo de pollo al estilo moruno Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca y pan blanco
09	10	11	12	13
Crema de calabacín Lomo asado con salsa de verduras Patatas provenzal con ajo y tomillo Fruta fresca y pan blanco	Sopa de pasta maravilla con caldo casero Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza nutrilab Crunchybanzos Yogur y pan integral	Arroz con salsa de tomate casera Tortilla francesa con salchichas frankfurt Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca y pan blanco	Alubias blancas guisadas con chorizo Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral	Coditos con salsa de tomate Merluza al horno con salsa de limón Ensalada de col Fruta fresca y pan blanco
16	17	18	19	20
Arroz con verduras y salsa de soja Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca y pan blanco	Garbanzos estofados con verduras Albóndigas con salsa de tomate casera Calabacín salteado Yogur y pan integral	Espaguetis con ajo y albahaca Abadejo en salsa verde con guisantes - Fruta fresca y pan blanco	Salmorejo casero con picadillo de huevo Flamenquines de york y queso Aliño de zanahorias Yogur y pan integral	Alubias blancas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan blanco
23	24	25	26	27
 Vacaciones	 Vacaciones	 Vacaciones	 Vacaciones	 Vacaciones

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.



03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

¡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...
	
	
	
Verduras	Verdura
	
Pasta/Arroz	Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

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

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lentejas

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.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRASUACES	SUFLEROS
Sin lentejas	Semana 1	Lunes	Primero	Sopa de fideos con caldo casero	1								9					14
			Segundo	Lomo adobado al horno	1	2	3						9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
		Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio	1								9		11			14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														14
			Guarnición	-														14
		Miércoles	Primero	Arroz a la cazuela con magro sin guisantes														14
			Segundo	Filete de merluza a la plancha / al horno				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Jueves	Primero	Alubias blancas con verduras														14
			Segundo	Pizza de jamón york y queso	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Viernes	Primero	Crema de calabaza (calabaza, patata, zanah)														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Alubias blancas con verduras														14
			Segundo	Caballa en salsa de tomate				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Macarrones gratinados con queso	1	2	3						9		11			14
			Segundo	Revuelto de huevo y jamón york	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria														14
			Segundo	Hamburguesa mixta en salsa de verduras	1	2	3						9					14
			Guarnición	Patatas fritas														14
		Jueves	Primero	Cocido andaluz		2							9		12			14
			Segundo	Bacalao a la romana	1	3	4	5	6									14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas														14
			Segundo	Contramuslo de pollo al estilo moruno											11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y brotes de soja									9					14
	Semana 3	Lunes	Primero	Crema de calabacín														14
			Segundo	Lomo asado con salsa de verduras														14
			Guarnición	Patatas provenzal con ajo y tomillo														14
		Martes	Primero	Sopa de pasta maravilla con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de most		2									11			14
			Guarnición	Crunchybanzos									7	8	10			14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Tortilla francesa con salchichas frankfurt	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Jueves	Primero	Alubias blancas guisadas con chorizo	1	2	3						9					14
			Segundo	Empanadillas de atún	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Viernes	Primero	Coditos con salsa de tomate	1								9		11			14
			Segundo	Merluza al horno con salsa de limón	1			4										14
			Guarnición	Ensalada de col														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Arroz con verduras y salsa de soja	1	2	3						9		11	12		14
			Segundo	Pollo al ajillo														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Martes	Primero	Garbanzos estofados con verduras														14
			Segundo	Albóndigas con salsa de tomate casera	1	2	3						9					14
			Guarnición	Calabacín salteado														14
		Miércoles	Primero	Espaguetis con ajo y albahaca	1								9					14
			Segundo	Abadejo en salsa verde con guisantes				4										14
			Guarnición	-														14
		Jueves	Primero	Salmorejo casero con picadillo de huevo	1	2	3						9					14
			Segundo	Flamenquines de york y queso	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Aliño de zanahorias														14
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Sopa paseo de la fama	1								9		11	12		14
			Segundo	Ragout de cerdo con patatas														14
			Guarnición	-														14
		Martes	Primero	Paella mixta con guisantes, pollo, calamar, r	1	2	3	4	5	6			9					14
			Segundo	Merluza a la vizcaína			4											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Alubias blancas con verduras														14
			Segundo	Muslos de pollo asados con salsa barbacoa	1	2	3						9		11	12		14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Jueves	Primero	Crema de calabaza, puerro y boniato														14
			Segundo	Lenguadina empanada	1		3	4										14
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con oregano														14
		Viernes	Primero	Espaguetis con ajo y albahaca	1								9					14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14