

Menú Basal

Febrero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Atendiendo al Rgto. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias		 10 de Febrero CRUNCHYBANZOS	Jornada Andaluza 26 de Febrero 	
02	03	04	05	06
Coditos con bechamel Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan blanco Kcal: 308,874 prot (g): 14,861 lip (g): 11,857 hc (g): 33,722	Crema de verduras Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral Kcal: 557,67 prot (g): 22,974 lip (g): 23,995 hc (g): 60,165	Alubias guisadas con sofrito casero Jamoncitos de pollo al chilindrón Patata panadera al horno Fruta fresca y pan blanco Kcal: 668,596 prot (g): 37,476 lip (g): 22,393 hc (g): 70,667	Sopa casera tradicional de fideos Revuelto de jamón york con patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan blanco Kcal: 572,034 prot (g): 27,699 lip (g): 23,149 hc (g): 62,227	Caldero de arroz con verduras y magro Salmón a la crema Tomate aliñado Fruta fresca y pan blanco Kcal: 176,159 prot (g): 3,436 lip (g): 4,438 hc (g): 28,697
09	10	11	12	13
Lentejas con zanahoria y sofrito de pimientos casero Tortilla de patata y cebolla Brócoli salteado Fruta fresca y pan blanco Kcal: 629,699 prot (g): 30,844 lip (g): 25,383 hc (g): 63,246	Arroz con salsa de tomate casera Pollo asado en su jugo  Yogur y pan integral Kcal: 811,881 prot (g): 40,38 lip (g): 33,247 hc (g): 84,927	Guiso de patatas con sofrito casero, judías verdes y zanahoria Croquetas de jamón Tomate aliñado Fruta fresca y pan blanco Kcal: 553,11 prot (g): 15,244 lip (g): 18,087 hc (g): 80,54	Vichyssoise Albóndigas con salsa de pimientos Patatas dado fritas Yogur y pan blanco Kcal: 353,02 prot (g): 12,65 lip (g): 8,917 hc (g): 52,405	Espirales napolitana Filete de merluza al horno con ajo y perejil Zanahoria salteada Fruta fresca y pan blanco Kcal: 462,584 prot (g): 11,687 lip (g): 8,745 hc (g): 80,408
16	17	18	19	20
Arroz caldoso con pollo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan blanco Kcal: 552,865 prot (g): 22,789 lip (g): 18,429 hc (g): 76,231	Crema de boniato, calabaza y puerro Daditos de pollo en salsa Patatas fritas Yogur y pan integral Kcal: 662,342 prot (g): 31,93 lip (g): 28,687 hc (g): 65,361	 Garbanzos con verdura Filete de merluza a la romana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco Kcal: 173,426 prot (g): 3,408 lip (g): 4,453 hc (g): 28,088	Sopa de lluvia Magro de cerdo con tomate Judías verdes salteadas Yogur y pan blanco Kcal: 573,43 prot (g): 32,989 lip (g): 19,603 hc (g): 63,595	Macarrones al pomodoro Boquerones fritos Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan blanco Kcal: 421,346 prot (g): 10,129 lip (g): 10,695 hc (g): 67,915
23	24	25	26 Jornada Andaluza	27
Lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan blanco Kcal: 626,476 prot (g): 27,519 lip (g): 24,647 hc (g): 68,173	Arroz con salsa de tomate casera Filete de merluza al horno con ajo y perejil Patatas dado al ajillo Yogur y pan integral Kcal: 553,935 prot (g): 15,057 lip (g): 14,618 hc (g): 88,538	Crema de calabacín Filete de pollo en salsa Tomate aliñado Fruta fresca y pan blanco Kcal: 461,934 prot (g): 24,34 lip (g): 19,623 hc (g): 44,13	Salmorejo casero  Pescadito frito Aliño de zanahorias Natillas de vainilla y pan blanco Kcal: 519,699 prot (g): 14,742 lip (g): 22,948 hc (g): 60,326	 DIA NO LECTIVO

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.

03 Sostenibilidad

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

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

Pescado



Fruta



lácteo