

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 Hervido valenciano de judía verde Taqitos de magro en salsa de naranja Champiñones salteados Fruta de temporada y pan	03 Arroz meloso de costillas y coliflor Rape en salsa de tomate Lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	04 Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada Revuelto de huevo, patata y bacon Lechuga, y queso mozzarella Yogur natural con topping de cacao en polvo y pan	05 Sopa de verduras con garbanzos y fideos Pollo tikka masala Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	06 Macarrones integrales a la napolitana Fajitas con boloñesa vegetal Zanahoria fresca rallada Fruta de temporada y pan
09 Lentejas ecológicas con verduras y jamón Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	10 Crema de calabacín con tostones caseros Longanizas Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan	11 Espaguetis integrales gratinados Merluza en salsa verde Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	JORNADA DE FALLAS Paella valenciana Picos con hummus de garrofón Lechuga y aceitunas Coca en llanda y pan	
16 Crema de verduras de temporada con tostones caseros Cinta de lomo en salsa de miel y mostaza Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan	17 FESTIVO	18 FESTIVO	19 FESTIVO	20 Macarrones integrales a la napolitana Tosta de atún con tomate Brócoli salteado Fruta de temporada y pan
23 Arroz a banda Panini con boloñesa vegetal Lechuga y atún Fruta de temporada y pan	24 Vichyssoise con tostones caseros Hamburguesa mixta al horno Patatas fritas Fruta de temporada y pan	JORNADA TAILANDIA Fabada vegetal Pollo al horno Pan de gamba Fruta de temporada y pan		26 Espaguetis integrales boloñesa Limanda a la meniere Lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan
30 Coditos con salsa de calabaza y queso Merluza en salsa de pesto Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan	31 Sopa de cocido Pollo crujiente casero Lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre. * Todas las semanas se servirá pan blanco, pan integral o pan integral de masa madre, y como mínimo, 2 veces de pan integral.		03 ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" : VIAJAREMOS A TAILANDIA
		¡Todos los cítricos son 100% de la Comunidad Valenciana!		 <small>Jornada Internacional</small>

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

SEGUNDOS PLATOS

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

 Fruta	 lácteo
---	--