

Menú ESCOLAR SIN CARNE ni PESCADO, mes de abril de 2026

La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar.
Los menús van acompañados de agua y pan blanco o pan integral, a petición del centro.

Las frutas del mes son: mandarina, manzana, naranja, pera, plátano

Los yogures se sirven, a petición del centro, naturales o de sabores, con azúcar o sin azúcar. Los yogures con azúcar tienen máximo 12,3g/ 100ml.

1			2		3				
FIDEUÁ A LA CREMA									
HUEVOS COCIDOS									
ENSALADA VARIADA (iceberg, tomate, zanahoria rallada)			Festivo		Festivo				
FRUTA DE TEMPORADA									
Sugerencia de cena:									
Tacos caseros variados / Fruta									
6		7		8		9		10	

Vacaciones

13	14	15	16	17
CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRE (lentejas)	PAELLA DE VERDURAS	MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA	POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS	SOPA DE CALDO DE VERDURAS c/ PASTA MARAVILLA
CROQUETAS DE ESPINACAS	GARBANZOS ALIÑADOS CON PATATA	HAMBURGUESA VEGETAL	HUEVOS COCIDOS	TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	ENSALADA VARIADA (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	PATATAS ASADAS	ARROZ CON PIMIENTOS	ENSALADA VARIADA (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Hervido de patata y verduras con huevo / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y tofu salteado con verduras y cuscús / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y buñuelos de patata y queso / Fruta	Sugerencia de cena: Pa amb oli / Fruta
20	21	22	23	24
CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRE (alubias)	SOPA DE CALDO DE VERDURAS c/ PIÑONET	ESPIRALES GRATINADOS	ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE	POTAJE DE LENTEJAS CON VERDURAS
FRIT DE GARBANZOS	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA	HAMBURGUESA VEGETAL	CROQUETAS DE ESPINACAS	TORTILLA A LA FRANCESA
PATATA Y VERDURAS	ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	MENESTRA DE VERDURAS	ENSALADA VARIADA CON PIPAS (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)	ENSALADA VARIADA (iceberg, tomate, zanahoria rallada)
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta	Sugerencia de cena: Salteado de verduras con arroz y alubias / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y hummus de garbanzos con pan tostado / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa de pasta y hamburguesa con zanahoria y tomate / Fruta	Sugerencia de cena: Brócoli y patata al vapor con bocados de soja / Fruta
27	28	29	30	
SOPA DE CALDO DE VERDURAS c/ FIDEVÍ	ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO	POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS	ARROZ CALDOSO DE VERDURAS	
CROQUETAS DE ESPINACAS	GUIISO DE GARBANZOS	HUEVOS COCIDOS AL CURRY	HOKI AL HORNO CON PICADA	
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, guisantes, tomate) Y PATATA	ARROZ BLANCO SALTEADO	ENSALADA VARIADA CON ATÚN (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	
Sugerencia de cena: Sopa de pasta y tortilla con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruta	Sugerencia de cena: Calamar con cebolla, calabacín y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta	

Si necesita información de los alérgenos contenidos en el menú, contacte con cocinadosbenjamin@hotmail.com