

Menú Sin huevo, soja, ni fr secos

COLEGIO SANTISIMA TRINIDAD

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Lentejas con verduras Calamares a la plancha con ajo y perejil Lechuga, maíz y aceitunas Pan y fruta fresca	Arroz con salsa de tomate Filete de pollo al horno Patatas fritas Pan y fruta fresca	Sopa de ave con arroz Filete de ternera a la plancha Guisantes salteados con cebolla Pan y fruta fresca	Judías verdes al ajillo Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas Manzana asada Pan y yogur natural	Garbanzos con espinacas Merluza con tomate y cebolla Lechuga y zanahoria Pan y fruta fresca
09	10	11	12	13
Arroz con verduras y pollo Cinta de lomo a la plancha Lechuga, tomate y atún Pan y fruta fresca	Alubias pintas con calabaza y patata Filete de ternera a la plancha Ensalada de tomate Pan y fruta fresca	Crema de hortalizas Filete de merluza a la plancha Lechuga y zanahoria Pan y fruta fresca	Sopa de ave con arroz Pechuga de pavo al horno Patatas fritas Pan y yogur natural	Patatas estofadas con verduras Filete de pollo al horno Lechuga, tomate y zanahoria Pan y fruta fresca
16	17	18	19	20
		Sopa de ave con arroz Varitas de merluza Ensalada Pan y fruta fresca	Garbanzos con calabaza y repollo Filete de ternera con salsa de tomate Patatas fritas Pan y yogur natural	Arroz con salsa de tomate Cinta de lomo a la plancha Lechuga, tomate y zanahoria Pan y fruta fresca
23	24	25	26	27
Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha Lechuga, maíz y aceitunas Pan y fruta fresca	Crema de calabaza Filete de pollo al horno Lechuga, tomate y cebolla Pan y fruta fresca	Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo a la plancha Lechuga y zanahoria Pan y fruta fresca	Sopa de ave con arroz Filete de ternera a la plancha Patatas fritas Pan y yogur natural	Paella de verduras Cazón al horno Lechuga, tomate y pepino Pan y fruta fresca
02	03	04	05	06



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.

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

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo, soja, ni fr secos

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.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.