

Menú Triturado

COLEGIO SANTÍSIMA
FEBRERO 2026

LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
Puré de lentejas con verduras y merluza - - y triturado de frutas	Puré de huevo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de alubias con verduras y ternera - - y triturado de frutas	Puré de pollo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de merluza con verduras - - y triturado de frutas
09	10	11	12	13
Puré de cerdo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de alubias con verduras y ternera - - y triturado de frutas	Puré de pescado azul con verduras - - y triturado de frutas	Puré de pavo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de huevo con verduras - - y triturado de frutas
16	17	18	19	20
Puré de cerdo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de lentejas con verduras y pollo - - y triturado de frutas	Puré de merluza con verduras - - y triturado de frutas	Puré de garbanzos con verduras y ternera - - y triturado de frutas	Puré de arroz con verduras y huevo - - y triturado de frutas
23	24	25	26	27
Puré de merluza con verduras - - y triturado de frutas	Puré de huevo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de cerdo con verduras - - y triturado de frutas	Puré de ternera con verduras - - y triturado de frutas	Puré de pescado azul con verduras - - y triturado de frutas
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.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.



Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

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	 lácteos

Listado de alérgenos por plato para el Menú Triturado

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	NUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS	CASCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRANUECES	SULFITOS
Triturado	Semana 1	Lunes	Primero	Puré de lentejas con verduras y merluza	1			4										14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de huevo con verduras		3												14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de alubias con verduras y ternera														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de pollo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de merluza con verduras			4											14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 2	Lunes	Primero	Puré de cerdo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de alubias con verduras y ternera														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de pescado azul con verduras				4										14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de pavo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de huevo con verduras		3												14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 3	Lunes	Primero	Puré de cerdo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de lentejas con verduras y merluza	1			4										14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de garbanzos con verduras y ternera														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de arroz con verduras y huevo		3												14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 4	Lunes	Primero	Puré de merluza con verduras			4											14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de huevo con verduras		3												14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de cerdo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de ternera con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de pescado azul con verduras			4											14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 5	Lunes	Primero	Puré de cerdo con verduras														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de arroz con verduras y merluza				4										14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de alubias con verduras y ternera														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de lentejas con verduras y pavo	1													14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de huevo con verduras		3												14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															