



Menú Basal

E.I. SAN JOSE

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Arroz con salsa de tomate casera Cordón blue Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca / pan	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, piminetto y cebolla Tortilla de patata y cebolla horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca / pan integral	Espirales integrales con crema suave de bechamel Dorado guisado a la vizcaína (tomate, pimientto, cebolla) Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca / pan	Crema suave de calabacín y puerro Jamoncitos de pollo al horno en salsa Patata panadera al horno Fruta fresca / pan integral	Patatas estofadas a la riojana Fajitas con boloñesa de soja, pollo y queso Ensalada de lechuga y tomate Yogur / pan
14	15	16	17	18
Macarrones ecológicos napolitana con aceitunas Albóndigas vegetales guisadas a la jardinera (menestra) Fruta fresca / pan	Potaje de alubias blancas con verduras (calabacín, pimientto, zanahoria) Revuelto de pavo con patatas salteado Fruta fresca / pan integral	Arroz integral a la milanesa (guisante, champiñón, lomo) Bacaladilla guisada al ajoarriero (ajo, pimentón) Fruta fresca / pan	Crema de calabacín y puerro Jamoncitos de pollo en salsa Fruta fresca / pan integral	Judías verdes salteadas con patata y zanahoria Ragout de magro estofado al estilo tradicional Yogur / pan
21	22	23	24	25
Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimientto y cebolla Merluza en salsa verde (guisante) Patatas cocidas Fruta fresca / pan	Arroz a banzda (marisco) Bacalao al papillote con zanahoria Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca / pan integral	Crema de coliflor y zanahoria Pollo al ajo cabañil Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca / pan	Estofado de patatas con magro Abadejo a la andaluza frito Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca / pan integral	Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, tocino, chorizo) 0 Yogur / pan
28	29	30	01	02
Brócoli salteado con patatas y zanahoria Magro con salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca / pan	FESTIVO LOCAL	Crema de calabaza y zanahoria asada Macarrones ecológicos a la boloñesa de lentejas (salsa tomate) Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca / pan integral		

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...	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	Pescado Huevo
carne	Huevo Pescado
Fruta	lácteo



Menú 1-2 años

E.I. SAN JOSE

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pollo Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y remolacha Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pavo Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y zanahoria Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pescado Dorado guisado a la vizcaína Ensalada de lechuga y maíz Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y ternera Jamoncitos de pollo en salsa Patata panadera al horno Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Frutas variadas trituradas /
14	15	16	17	18
Puré de puerro, calabaza, patata y ternera Filete de ternera a la plancha Frutas variadas trituradas /	Puré de puerro, calabaza, patata y pavo Revuelto de pavo con patatas Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pescado Bacaladilla con ajo y pimentón Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo Jamoncitos de pollo en salsa Frutas variadas trituradas /	Puré de puerro, calabaza, patata y cerdo Ragout de magro Frutas variadas trituradas /
21	22	23	24	25
Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado Merluza en salsa verde Patatas cocidas Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo Bacalao al papillote con zanahoria Ensalada de lechuga y tomate Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo Pollo al ajo cabañil Ensalada de lechuga y maíz Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado Abadejo a la andaluza frito Ensalada de lechuga y remolacha Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y ternera Garbanzos, pollo, ternera, zanahoria, col y patata 0 Frutas variadas trituradas /
28	29	30	01	02
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y cerdo Magro con salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Frutas variadas trituradas /	FESTIVO LOCAL	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pollo Muslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Frutas variadas trituradas /		



Menú 1-2 años sin lactosa/sin huevo

E.I. SAN JOSE

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pollo Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y remolacha Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pavo Guiso de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pescado Dorado guisado a la vizcaína Ensalada de lechuga y maíz Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y ternera Jamoncitos de pollo en salsa Patata panadera al horno Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Frutas variadas trituradas /
14	15	16	17	18
Puré de puerro, calabaza, patata y ternera Filete de ternera a la plancha Frutas variadas trituradas /	Puré de puerro, calabaza, patata y pavo Pavo en salsa Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pescado Bacaladilla con ajo y pimentón Frutas variadas trituradas /	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo Jamoncitos de pollo en salsa Frutas variadas trituradas /	Puré de puerro, calabaza, patata y cerdo Ragout de magro Frutas variadas trituradas /
21	22	23	24	25
Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado Merluza en salsa verde Patatas cocidas Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo Bacalao al papillote con zanahoria Ensalada de lechuga y tomate Frutas variadas trituradas /	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo Pollo al ajo cabañil Ensalada de lechuga y maíz Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado Abadejo al horno Ensalada de lechuga y remolacha Frutas variadas trituradas /	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y ternera Garbanzos, pollo, ternera, zanahoria, col y patata 0 Frutas variadas trituradas /
28	29	30	01	02
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y cerdo Magro con salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Frutas variadas trituradas /	FESTIVO LOCAL	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pollo Muslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Frutas variadas trituradas /		



Menú Triturado

E.I. SAN JOSE

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pollo	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pavo	Puré de calabaza, boniato, puerro y pescado	Puré de zanahoria, calabacín, patata y ternera	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
14	15	16	17	18
Puré de puerro, calabaza, patata y ternera	Puré de puerro, calabaza, patata y pavo	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pescado	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo	Puré de puerro, calabaza, patata y cerdo
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
21	22	23	24	25
Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y ternera
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
28	29	30	01	02
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y cerdo	FESTIVO LOCAL	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pollo		
Frutas variadas trituradas /		Frutas variadas trituradas /		



Menú Sin PLV y huevo

E.I. SAN JOSE

Septiembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pollo	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pavo	Puré de calabaza, boniato, puerro y pescado	Puré de zanahoria, calabacín, patata y cerdo	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
14	15	16	17	18
Puré de puerro, calabaza, patata y ternera	Puré de puerro, calabaza, patata y pavo	Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y pescado	Puré de zanahoria, calabacín, patata y pollo	Puré de puerro, calabaza, patata y cerdo
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
21	22	23	24	25
Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo	Puré de calabaza, boniato, puerro y pollo	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pescado	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pavo
Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /	Frutas variadas trituradas /
28	29	30	01	02
Puré de judía verde, zanahoria, calabacín, patata y cerdo	FESTIVO LOCAL	Puré de judía verde, calabacín, calabaza y pollo		
Frutas variadas trituradas /		Frutas variadas trituradas /		