












| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|--------|---|--|--|---|---|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO CON QUESO (1,3,6,7,10) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH AND CHIPS (1,4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) CUSCÚS (1) YOGUR (7) | GUISO DE LENTEJAS (1) HAMBURGUESA DE SALMÓN Y CALABAZA (1,2,3,4,7,14) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (1,7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa + tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA (1)   ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO (1,3, 6,10) MERLUZA CON SALSA DE NATA Y CUSCÚS (1,4,7) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA (1,3,4,7,9,12) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA |  | |  | |  |





| | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO CON QUESO (1,3,6,7,10) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH AND CHIPS (1,4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (6) CUSCÚS (1) YOGUR (7) | GUIZO DE LENTEJAS (1) HAMBURGUESA DE SALMÓN Y CALABAZA (1,2,3,4,7,14) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (1,7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa + tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DIA CHINO ENSALADA CHINA VEGANAS ROLLITO DE PRIMAVERA (1)  ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO (1,3, 6,10) MERLUZA CON SALSA DE NATA Y CUSCÚS (1,4,7) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,10) VEGANAS CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL VEGANAS CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA 4 QUESOS (1,3,4,7,9,12) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| COMIDA | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| |    | | | | |
| NO CERDO | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE DE CERDO . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. | | | | | |



FEBRERO 2026

MENÚ VEGETARIANA



| | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|
| COMIDA | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
| | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) | CREMA DE COLIFLOR Y COCO | ENSALADA DE MANZANA | GUIZO DE LENTEJAS (1) | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (1,7) |
| | PASTA AL PESTO CON QUESO (1,3,6,7,10) | TOFU REBOZADO AND CHIPS (1,6) | ALBONDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (6) | HAMBURGUESA KALE Y QUINOA (1,6) | FAJITAS DE HEURA CON VERDURAS (1,6) |
| | FRUTA DEL TIEMPO | FRUTA DEL TIEMPO | CUSCÚS (1) | ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES | FRUTA DEL TIEMPO |
| | YOGUR (7) | | | FRUTA DEL TIEMPO | |
| CENA | Seitán con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa vegetal+ tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Garbanzos con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| COMIDA | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| | DIA CHINO | | | | |
| | ENSALADA CHINA VEGANA | ENSALADA VARIADA CON ALUBIAS | SOPA MINISTRONE VEGANA CON HUEVO (1,3,6,10) | PURÉ DE VERDURAS | HUMUS CON CRUDITÉS |
| | ROLLITO DE PRIMAVERA (1) | YAKISOBA SIN CARNE (TALLARINES CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) | TOFU CON SALSA DE NATA Y CUSCÚS (1,6,7) | DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) | HAMBURGUESA VEGANA CON PATATA (1,7,6) |
| | ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) | | | | |
| | FRUTA DEL TIEMPO | FRUTA DEL TIEMPO | NATILLA (7) | FRUTA DEL TIEMPO | FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Garbanzos al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Seitán al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa vegetal + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| COMIDA | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS | ENSALADA GRIEGA (7) | ENSALADA CÉSAR (1) VEGANA | ENSALADA MIXTA |
| | BERENJENA AL HORNO CON PATATA | PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,10) VEGANA CON 1/2 HUEVO COCIDO | CHILIL VEGANO CON ARROZ | FALAFEL (1) | PIZZA 4 QUESOS (1,3,4,7,9,12) |
| | FRUTA DEL TIEMPO | FRUTA DEL TIEMPO | GELATINA | CUSCÚS CON GUISANTES (1) | FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa minestrone + con verduras, albondigas veganas y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de queso fruta del tiempo | Heura a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| COMIDA | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| | | | | | |
| VEGETARIANO | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE O PESCADO. Entendemos por vegetariano aquellas personas que no comen carne ni pescado. Los cambios del menú basal están marcados en rojo. | | | | | |





| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|--|---|---|---|---|---|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA PASTA AL PESTO VEGANO (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO TOFU REBOZADO AND CHIPS (1,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (6) CUSCÚS (1) YOGUR DE SOJA (6) | GUISO DE LENTEJAS (1) HAMBURGUESA KALE Y QUINOA (1,6) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS SIN QUESO CON GUACAMOLE FAJITAS DE HEURA CON VERDURAS (1,6) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Seitán con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa vegetal +tortilla vegana con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Garbanzos con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DIA CHINO ENSALADA CHINA VEGANA ROLLITO DE PRIMAVERA (1) ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA CON ALUBIAS YAKISOBA SIN CARNE (TALLARINES CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE VEGANA SIN HUEVO (1,3,6,10) TOFU CON SALSA DE NATA VEGAL Y CUSCÚS (1,6,) NATILLA VEGANA (6) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA VEGANA CON PATATA (1,6) SIN QUESO FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Garbanzos al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Seitán al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa vegetal + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS BERENJENA AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,10) VEGANA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA VEGANA CHILIL VEGANO CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) VEGANA FALAFEL (1) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA PIZZA VEGANA (1,3,4,7,9,12) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo vegano con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa minestrone + con verduras, albondigas veganas y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de tomate confitado fruta del tiempo | Heura a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| COMIDA | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| |  | |  | |  |
| VEGETARIANO VEGANO | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE O PESCADO O HUEVO O LÁCTEO. Entendemos por vegetariano VEGANO aquellas personas que no comen carne ni pescado ni huevo ni lácteos. Los cambios del menú basal están marcados en rojo. | | | | | |



FEBRERO 2026

MENÚ NO GLUTEN



| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|---|---|--|---|---|--|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO SIN GLUTEN CON QUESO (7) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH SIN GLUTEN AND CHIPS (4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) ARROZ O QUINOA YOGUR (7) | GUISO DE LENTEJAS SIN GLUTEN O DE ALUBIAS FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA (4) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS DE MAÍZ CON QUESO Y GUACAMOLE (7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa sin gluten+ tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta sin gluten salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA SIN GLUTEN ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES SIN GLUTEN CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (6) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO SIN GLUTEN (3) MERLUZA CON SALSA DE NATA Y ARROZ O QUINOA (4,7) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA SIN GLUTEN O DE ALUBIAS CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (7) SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas sin gluten fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa sin gluten + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (7) SIN GLUTEN CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR SIN GLUTEN MERLUZA A LA PLANCHA (4) ARROZ O QUINOA CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" sin gluten de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA | | | | | |
| SIN GLUTEN | | | | | |
| <p>En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan GLUTEN o trazas de GLUTEN . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias</p> | | | | | |





| COMIDA | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 | |
|--|---|--|--|---|---|--|
| | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO CON QUESO (1,3,6,7,10) <i>(revisar que no tenga frutos secos)</i> FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH AND CHIPS (1,4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) CUSCÚS (1) YOGUR (7) | GUIZO DE LENTEJAS (1) HAMBURGUESA DE SALMÓN Y CALABAZA (1,2,3,4,7,14) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (1,7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO | |
| | CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa + tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de brussels fruta del tiempo |
| | COMIDA | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA (1) <i>(revisar que no tenga frutos secos)</i> ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO (1,3, 6,10) MERLUZA CON SALSA DE NATA Y CUSCÚS (1,4,7) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO | |
| CENA | | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| COMIDA | | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA (1,3,4,7,9,12) FRUTA DEL TIEMPO | |
| | CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras fruta del tiempo |
| | COMIDA | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| <div></div> <div></div> <div></div> | | | | | | |
| NO FRUTOS SECOS | | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan FRUTOS SECOS o trazas . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias | | | | | | |



FEBRERO 2026

MENÚ NO LACTOSA



| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|--|--|--|--|--|--|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO VEGANO (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH AND CHIPS (1,4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) CUSCÚS (1) YOGUR DE SOJA (6) | GUISO DE LENTEJAS (1) FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA (4) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS SIN QUESO CON GUACAMOLE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa + tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA (1)  ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO (1,3, 6,10) MERLUZA CON SALSA DE NATA VEGATAL Y CUSCÚS (1,6,) NATILLA VEGANA (6) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA SIN QUESO (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas sin lactosa fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,10) VEGANA CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA VEGANA CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) MERLUZA A LA PLANCHA (4) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de jamón fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA |  | |  | |  |
| NO LACTOSA | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan LACTOSA o trazas . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. ESTE MENÚ SI QUE CONTIENE TERNERA. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias | | | | | |



FEBRERO 2026

MENÚ NO GLUTEN NI LACTOSA



| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|---|--|---|--|---|--|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO VEGANO SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH SIN GLUTEN AND CHIPS (4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) ARROZ O QUINOA YOGUR DE SOJA (6) | GUISO DE LENTEJAS SIN GLUTEN O DE ALUBIAS FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA (4) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS DE MAÍZ CON GUACAMOLE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa sin gluten+ tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta sin gluten salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA SIN GLUTEN  ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES SIN GLUTEN CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (6) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO SIN GLUTEN (3) MERLUZA CON SALSA DE NATA VEGATAL Y ARROZ O QUINOA (4,6) NATILLA VEGANA (6) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA SIN GLUTEN O DE ALUBIAS CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas sin gluten fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa sin gluten + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA VEGANA SIN GLUTEN CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA VEGANA CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR SIN GLUTEN MERLUZA A LA PLANCHA (4) ARROZ O QUINOA CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" sin gluten de jamón fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA |  | |  | |  |
| SIN GLUTEN NI LACTOSA | | | | | |
| <p>En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan GLUTEN, LACTOSA O DERIVADOS DE LA LECHE o trazas de GLUTEN, LACTOSA Y DERIVADOS. Este menú puede contener proteína de la leche de vaca y ternera. En caso que el alumno no pueda comer proteína de la leche de vaca (pvl) o ternera, que avise a cocina ya que se le tendrá que hacer un menú especial. Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias</p> | | | | | |





| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|--|--|--|--|---|---|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA PASTA AL PESTO SIN GLUTEN CON QUESO (7) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO FISH SIN GLUTEN AND CHIPS (4) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) ARROZ O BULGUR YOGUR (7) | GUISO DE LENTEJAS (1) FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA (4) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa sin gluten+ ternera con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta sin gluten salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Salmón a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DÍA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA SIN GLUTEN  ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES SIN GLUTEN CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (6) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE SIN GLUTEN NI HUEVO MERLUZA CON SALSA DE NATA Y ARROZ O BULGUR (4,7) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Dorada al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas sin gluten ni huevo fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con ternera fruta del tiempo | Sopa sin gluten + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (7) SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) MERLUZA A LA PLANCHA (4) ARROZ O BULGUR CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Garbanzos con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de rape con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" sin gluten de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA |  | |  | |  |
| SIN HUEVO | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan HUEVO o trazas de HUEVO . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias | | | | | |



FEBRERO 2026

MENÚ NO PESCADO



| | LUNES 2 | MARTES 3 | MIÉRCOLES 4 | JUEVES 5 | VIERNES 6 |
|---|---|--|--|---|---|
| COMIDA | ENSALADA MIXTA CON HUEVO (3) PASTA AL PESTO CON QUESO (1,3,6,7,10) FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE COLIFLOR Y COCO TOFU REBOZADO AND CHIPS (1,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE MANZANA ALBONDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,12) CUSCÚS (1) YOGUR (7) | GUIZO DE LENTEJAS (1) HAMBURGUESA KALE Y QUINOA (1,6) ARROZ SALTEADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO | NACHOS CON QUESO Y GUACAMOLE (1,7) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Pollo a la plancha con arroz y guisantes fruta del tiempo | Sopa + tortilla francesa con judías verdes fruta del tiempo | Puré de zanahoria + falafel con brócoli fruta del tiempo | Pasta salteada con tofu y verduras fruta del tiempo | Ternera a la plancha con puré de patata y coles de bruselas fruta del tiempo |
| | LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
| COMIDA | DIA CHINO ENSALADA CHINA ROLLITO DE PRIMAVERA (1)  ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3,6) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA VARIADA YAKISOBA (TALLARINES CON VERDURAS, POLLO Y SALSA DE SOJA) (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO | SOPA MINISTRONE CON HUEVO (1,3, 6,10) TOFU CON SALSA DE NATA VEGATAL Y CUSCÚS (1,6,) NATILLA (7) | PURÉ DE VERDURAS DAL DE LENTEJAS ROJA CON LECHE DE COCO Y ARROZ BASMATI (1) FRUTA DEL TIEMPO | HUMUS CON CRUDITÉS HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Conejo al horno con patata, puerro y tomate fruta del tiempo | Puré de garbanzos + croquetas de espinacas fruta del tiempo | Pollo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo | Menestra de verduras con huevo frito fruta del tiempo | Sopa + tofu con coliflor fruta del tiempo |
| | LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| COMIDA | CREMA DE ZANAHORIA Y GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) CON 1/2 HUEVO COCIDO FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA GRIEGA (7) CHILIL CON CARNE CON ARROZ GELATINA | ENSALADA CÉSAR (1) FALAFEL (1) CUSCÚS CON GUISANTES (1) FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA MIXTA PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA | Revuelto de huevo con jamón con chips de berenjena y moniato fruta del tiempo | Sopa de pollo con verduras y patata fruta del tiempo | Humus + "pa amb oli" de queso fruta del tiempo | Pollo a la plancha con arroz y brocoli fruta del tiempo | Quinoa salteada con verduras y frutos secos fruta del tiempo |
| | LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| COMIDA |  | |  | |  |
| SIN PESCADO NI MARISCO | | | | | |
| En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan PESCADO O MARISCO o trazas de HUEVO PESCADO O MARISCO. Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias | | | | | |

