

LUNES								MARTES								MIÉRCOLES								JUEVES								VIERNES							
2								3 Student's favourites!								4 Parent suggestions								5								6							
Lentejas ecológicas con hortalizas y chorizo (12)								Puré de calabacín y puerro con picatostes al horno (1)								Spaghetti integrales con salsa pirata (1,3,6,7,10)								Paella mixta (2,4,14)								Falafel (1,9,10)							
Salmón al estragón (4)								Hamburguesa de ternera con Jardinera (10,11,12)								Filete de pollo a las finas hierbas								Huevo sobre cama de pisto (3)								Shawarma de pollo con tortita de trigo (1)							
Tortilla española (3)								Calabacín relleno (6) (verduras, seitán o soja texturizada)								Curry de garbanzos y seitán (1,6)								Moussaka vegetariana con boloñesa vegetal (1,3,6,7,10)								Shawarma de legumbres y vegetales con tortita de trigo (1)							
Pimientos al horno								Puré de patata (7)								Brócoli salteado								Surtido de verduras a la parrilla								Hummus de remolacha							
Daditos de calabacín salteados								Champiñones salteados								Patatas asadas (12)								Cus-cus (1,6,10)								Rodajas de berenjena asadas							
Ensalada de pasta (1,3,6,10)								Ensalada mixta con huevo y atún (3,4)								Ensalada de espinacas								Ensaladilla rusa (3,4,6)								Ensalada mixta con huevo (3)							
Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Postre lácteo (7)								Postre casero (1,3,6,7,10)							
kcal	718,3	Lip	26,9	Prot	39,2	HdC	80	kcal	709,6	Lip	23,9	Prot	19,4	HdC	104	kcal	649,4	Lip	22,3	Prot	30,0	HdC	82	kcal	686,5	Lip	21,4	Prot	11,1	HdC	112	kcal	735,4	Lip	30,8	Prot	54,2	HdC	60
9								10								11 - SUSTAINABLE DAY								12								13							
Sopa casera de ave con fideos (1,3,6,10)								Garbanzos a la riojana (estofados con chorizo)								Lacitos con salsa casera de tomate (1,3,6,10)								Puré de verduras (12)								Ensalada Capresse (7)							
Cinta de lomo con pimientos								Bacalao a la Portuguesa (2,4,12,14)								Omelette de queso (3,7)								Pollo asado								Lasaña de carne al horno (1,3,6,7,10)							
Hamburguesa vegetariana con cebolla caramelizada (1,6)								Salchichas al horno (6)								Albóndigas vegetales en salsa jardinera (1,6,12)								Fajitas rellenas de hummus y verduras (1)								Lasaña vegetal (1,3,6,7,10)							
Lombarda salteada								Champiñones rehogados								Verduras de temporada a la parrilla								Cus-cus (1,6,10)								Pan de ajo (1,6)							
Patatas cuadradillo								Arroz blanco								Patata asada								Salteado de verduras								Zanahorias baby al romero							
Ensalada de la casa								Ensalada mixta con huevo cocido (3)								Ensalada de verde								Ensalada Mediterránea (3,4)								Ensalada con mostaza y miel (10)							
Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Postre lácteo (7)								Postre casero (1,3,6,7,10)							
kcal	747,2	Lip	33,9	Prot	27,5	HdC	83	kcal	690,0	Lip	16,6	Prot	40,9	HdC	94	kcal	692,3	Lip	19,1	Prot	22,7	HdC	107	kcal	668,0	Lip	28,0	Prot	33,5	HdC	70	kcal	697,0	Lip	29,4	Prot	39,7	HdC	68
16								17								18								19								20							
SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS								SCHOOL HOLIDAYS							
kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC	
23								24 Parent menu suggestions								25								26								27							
Fideuá marinera (1,3,4,6,10,14)								Pasta integral con salsa boloñesa (1,3,6,10)								Sopa casera de cocido (1,3,6,10)								Crema de calabaza y zanahoria (12)								Ensalada Raita (tomate, cebolla, pepino, salsa de yogur) (7)							
Hamburguesa de ternera encebollada (1,6,7,12)								Alitas de pollo al limón								Complemento del cocido								Cinta de lomo a la plancha								Pollo al curry suave (7)							
Wok de tofu con tricolor de vegetales y salsa de soja (6)								Falafel con salsa de yogur (1,6,7,10)								Cocido vegano								Sepia rebozada (al horno) (1,2,3,4,6,7,12,14)								Tofu al curry suave (1,6)							
Minipizzas de berenjena, tomate y queso (7)								Batata asada con canela								Coliflor al pimentón								Puré de patata (7)								Palitos de berenjena a la miel (1)							
Patatas cuadradillo (12)								Parrillada de verduras								Espárragos blancos								Daditos de calabacín con especias								Arroz blanco							
Ensalada de la casa (3,4)								Ensalada Mediterránea (3,4)								Ensalada con salsa rosa (3,6)								Ensalada verde con aceitunas								Ensalada verde							
Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Fruta fresca de temporada								Postre lácteo (7)								Postre casero (1,3,6,7,10)							
kcal	719,3	Lip	26,6	Prot	24,6	HdC	95	kcal	754,3	Lip	30,1	Prot	30,5	HdC	90	kcal	655,9	Lip	21,9	Prot	22,1	HdC	93	kcal	624,9	Lip	20,0	Prot	25,3	HdC	86	kcal	697,6	Lip	30,6	Prot	40,6	HdC	65

Energía expresada en Kcal, macronutrientes en gramos. Agua como bebida de elección en el menú. Legumbres de producción ecológica.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

Menú secundaria - Febrero 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 Student's favourites!	4 Parent suggestions	5	6
Lentejas ecológicas con hortalizas (1,2)	Puré de calabacín y puerro con picatostes al horno (1)	Spaghetti integrales con salsa pirata (1,3,6,7,10)	Paella mixta (2,4,14)	Falafel (1,9,10)
Salmón al estragón (4)	Hamburguesa de ternera con Jardinera (10,11,12)	Filete de pollo a las finas hierbas	Huevo sobre cama de pisto (3)	Shawarma de pollo con tortita de trigo (1)
Pimientos al horno Daditos de calabacín salteados Ensalada de pasta (1,3,6,10) Fruta fresca de temporada	Puré de patata (7) Champiñones salteados Ensalada mixta con huevo y atún (3,4) Fruta fresca de temporada	Brócoli salteado Patatas asadas (12) Ensalada de espinacas Fruta fresca de temporada	Surtido de verduras a la parrilla Cus-cus (1,6,10) Ensaladilla rusa (3,4,6) Postre lácteo (7)	Hummus de remolacha Rodajas de berenjena asadas Ensalada mixta con huevo (3) Postre casero (1,3,6,7,10)
9	10	11 - SUSTAINABLE DAY	12	13
Sopa casera de ave con fideos (1,3,6,10)	Garbanzos estofados con verduras	Lacitos con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Puré de verduras (12)	Ensalada Capresse (7)
Filete de pollo con pimientos	Bacalao a la Portuguesa (2,4,12,14)	Omelette de queso (3,7)	Pollo asado	Lasaña vegetal (1,3,6,7,10)
Lombarda salteada Patatas cuadradillo Ensalada de la casa Fruta fresca de temporada	Champiñones rehogados Arroz blanco Ensalada mixta con huevo cocido (3) Fruta fresca de temporada	Verduras de temporada a la parrilla Patata asada Ensalada de verde Fruta fresca de temporada	Cus-cus (1,6,10) Salteado de verduras Ensalada Mediterránea (3,4) Postre lácteo (7)	Pan de ajo (1,6) Zanahorias baby al romero Ensalada con mostaza y miel (10) Postre casero (1,3,6,7,10)
16	17	18	19	20
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS
23	24 Parent menu suggestions	25	26	27
Fideuá marinera (1,3,4,6,10,14)	Pasta integral con salsa boloñesa (vegetal) (1,3,6,10)	Sopa casera de verduras (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria (12)	Ensalada Raita (tomate, cebolla, pepino, salsa de yogur) (7)
Hamburguesa de ternera encebollada (1,6,7,12)	Alitas de pollo al limón	Cocido vegano	Sepia rebozada (al horno) (1,2,3,4,6,7,12,14)	Pollo al curry suave (7)
Minipizzas de berenjena, tomate y queso (7) Patatas cuadradillo (12) Ensalada de la casa (3,4) Fruta fresca de temporada	Batata asada con canela Parrillada de verduras Ensalada Mediterránea (3,4) Fruta fresca de temporada	Coliflor al pimentón Espárragos blancos Ensalada con salsa rosa (3,6) Fruta fresca de temporada	Puré de patata (7) Daditos de calabacín con especias Ensalada verde con aceitunas Postre lácteo (7)	Palitos de berenjena a la miel (1) Arroz blanco Ensalada verde Postre casero (1,3,6,7,10)

Agua como bebida de elección en el menú. Legumbres de producción ecológica.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Menú secundaria sin carne de cerdo - Febrero 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 Student's favourites!	4 Parent suggestions	5	6
Lentejas ecológicas con hortalizas y chorizo (12)	Puré de calabacín y puerro con picatostes sin gluten al horno	Spaghetti sin alérgenos con salsa pirata (7)	Paella mixta (2,4,14)	Falafel casero sin gluten
Salmón al estragón (4)	Hamburguesa de ternera con Jardinera (10,11,12)	Filete de pollo a las finas hierbas	Huevo sobre cama de pisto (3)	Shawarma de pollo con tortita de maíz
Pimientos al horno	Puré de patata (7)	Brócoli salteado	Surtido de verduras a la parrilla	Hummus de remolacha
Daditos de calabacín salteados	Champiñones salteados	Patatas asadas (12)	Cus-cus (pasta sin alérgenos)	Rodajas de berenjena asadas
Ensalada de pasta sin alérgenos	Ensalada mixta con huevo y atún (3,4)	Ensalada de espinacas	Ensaladilla rusa (3,4,6)	Ensalada mixta con huevo (3)
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)
9	10	11 - SUSTAINABLE DAY	12	13
Sopa casera de ave con fideos sin alérgenos	Garbanzos a la riojana (estofados con chorizo)	Pasta sin alérgenos con salsa casera de tomate	Puré de verduras (12)	Ensalada Capresse (7)
Cinta de lomo con pimientos	Bacalao a la Portuguesa (2,4,12,14)	Omelette de queso (3,7)	Pollo asado	Lasaña (placas sin alérgenos) de carne al horno (bechamel sin alérgenos)
Lombarda salteada	Champiñones rehogados	Verduras de temporada a la parrilla	Cus-cus (pasta sin alérgenos)	Pan sin gluten de ajo (6)
Patatas cuadradillo	Arroz blanco	Patata asada	Salteado de verduras	Zanahorias baby al romero
Ensalada de la casa	Ensalada mixta con huevo cocido (3)	Ensalada de verde	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada con mostaza y miel (10)
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)
16	17	18	19	20
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS
23	24 Parent menu suggestions	25	26	27
Fideuá marinera (2,4,14). Pasta sin alérgenos.	Pasta sin alérgenos con salsa boloñesa	Sopa casera de cocido (fideos sin alérgenos)	Crema de calabaza y zanahoria (12)	Ensalada Raita (tomate, cebolla, pepino, salsa de yogur) (7)
Hamburguesa de ternera sin alérgenos encebollada	Alitas de pollo al limón	Complemento del cocido	Cinta de lomo a la plancha	Pollo al curry suave (7)
Minipizzas de berenjena, tomate y queso (7)	Batata asada con canela	Coliflor al pimentón	Puré de patata (7)	Palitos de berenjena a la miel (elaborados sin gluten)
Patatas cuadradillo (12)	Parrillada de verduras	Espárragos blancos	Daditos de calabacín con especias	Arroz blanco
Ensalada de la casa (3,4)	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada con salsa rosa (3,6)	Ensalada verde con aceitunas	Ensalada verde
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)

Agua como bebida de elección en el menú. Legumbres de producción ecológica.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

Menú secundaria sin gluten - Febrero 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 Student's favourites!	4 Parent suggestions	5	6
Lentejas ecológicas con hortalizas (12)	Puré de calabacín y puerro con picatostes al horno (1)	Spaghetti integrales con salsa pirata (1,3,6,7,10)	Paella vegetal	Falafel (1,9,10)
Tortilla española (3)	Calabacín relleno (6) (verduras, seitán o soja texturizada)	Curry de garbanzos y seitán (1,6)	Huevo sobre cama de pisto (3)	Shawarma de legumbres y vegetales con tortita de trigo (1)
Pimientos al horno Daditos de calabacín salteados Ensalada de pasta (1,3,6,10). Sin atún.	Puré de patata (7) Champiñones salteados Ensalada mixta con huevo (3)	Brócoli salteado Patatas asadas (12) Ensalada de espinacas	Surtido de verduras a la parrilla Cus-cus (1,6,10) Ensaladilla rusa (3,4,6)	Hummus de remolacha Rodajas de berenjena asadas Ensalada mixta con huevo (3)
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)
9	10	11 - SUSTAINABLE DAY	12	13
Sopa casera de ave con fideos (1,3,6,10)	Garbanzos estofados con verduras	Lacitos con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Puré de verduras (12)	Ensalada Capresse (7)
Hamburguesa vegetariana con cebolla caramelizada (1,6)	Tiras de "pollo" vegano (1,6)	Omelette de queso (3,7)	Fajitas rellenas de hummus y verduras (1)	Lasaña vegetal (1,3,6,7,10)
Lombarda salteada Patatas cuadradillo Ensalada de la casa (no atún)	Champiñones rehogados Arroz blanco Ensalada mixta con huevo cocido (3)	Verduras de temporada a la parrilla Patata asada Ensalada de verde	Cus-cus (1,6,10) Salteado de verduras Ensalada Mediterránea (3, sin atún)	Pan de ajo (1,6) Zanahorias baby al romero Ensalada con mostaza y miel (10)
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)
16	17	18	19	20
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS
23	24 Parent menu suggestions	25	26	27
Fideuá vegetal (1,3,6,10)	Pasta integral con salsa boloñesa (vegetal) (1,3,6,10)	Sopa casera de verduras (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria (12)	Ensalada Raita (tomate, cebolla, pepino, salsa de yogur) (7)
Wok de tofu con tricolor de vegetales y salsa de soja (6)	Falafel con salsa de yogur (1,6,7,10)	Cocido vegano	Salchichas vegetarianas a la mostaza (1,3,6,7,8,10)	Tofu al curry suave (1,6)
Minipizzas de berenjena, tomate y queso (7) Patatas cuadradillo (12) Ensalada de la casa (3, sin atún)	Batata asada con canela Parrillada de verduras Ensalada Mediterránea (3, sin atún)	Coliflor al pimentón Espárragos blancos Ensalada con salsa rosa (3,6)	Puré de patata (7) Daditos de calabacín con especias Ensalada verde con aceitunas	Palitos de berenjena a la miel (1) Arroz blanco Ensalada verde
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)

Agua como bebida de elección en el menú. Legumbres de producción ecológica.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

Menú secundaria ovo-lacto vegetariano - Febrero 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 Student's favourites!	4 Parent suggestions	5	6
Daditos de calabacín salteados	Puré de calabacín y puerros	Brócoli salteado	Surtido de verduras a la parrilla	Falafel (1,9,10)
Salmón al estragón (4)	Hamburguesa de ternera a la plancha (10,11,12)	Filete de pollo a las finas hierbas	Huevos cocidos sobre cama de pisto (3)	Shawarma de pollo con tortita de trigo (1)
Pimientos al horno	Champiñones salteados	Patatas asadas (12)	Cus-cus (1,6,10)	Hummus de remolacha
Ensalada de pasta (1,3,6,10)	Ensalada mixta con huevo y atún (3,4)	Ensalada de espinacas	Ensaladilla rusa (3,4,6). Sin mayonesa.	Rodajas de berenjena asadas
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Ensalada mixta con huevo (3)
9	10	11 - SUSTAINABLE DAY	12	13
Sopa casera de ave con fideos (1,3,6,10)	Champiñones rehogados	Lacitos con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Puré de verduras (12)	Ensalada Capresse (7)
Cinta de lomo a la plancha con pimientos	Bacalao a la Portuguesa (2,4,12,14)	Omelette de queso (3,7)	Pollo asado (retirar piel antes de consumo)	Lasaña de carne al horno (1,3,6,7,10). No bechamel.
Lombarda salteada	Arroz blanco	Verduras de temporada a la parrilla	Cus-cus (1,6,10)	Pan de ajo (1,6)
Patatas cuadradillo	Ensalada mixta con huevo cocido (3)	Patata asada	Salteado de verduras	Zanahorias baby al romero
Ensalada de la casa	Fruta fresca de temporada	Ensalada de verde	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada con mostaza y miel (10)
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)
16	17	18	19	20
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS
23	24 Parent menu suggestions	25	26	27
Minipizzas de berenjena, tomate y queso (7)	Parrillada de verduras	Sopa casera de cocido (1,3,6,10)	Crema de calabaza y zanahoria (12)	Ensalada Raita (tomate, cebolla, pepino, salsa de yogur) (7)
Hamburguesa de ternera encebollada (1,6,7,12)	Alitas de pollo al limón	Cocido vegano	Cinta de lomo a la plancha	Pollo al horno con toque de curry (no nata)
Patatas cuadradillo (12)	Batata asada con canela	Coliflor al pimentón	Puré de patata (7)	Palitos de berenjena a la miel (1)
Ensalada de la casa (3,4)	Parrillada de verduras	Espárragos blancos	Daditos de calabacín con especias	Arroz blanco
Fruta fresca de temporada	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada con salsa rosa (3,6)	Ensalada verde con aceitunas	Ensalada verde
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7)	Postre casero (1,3,6,7,10)

Agua como bebida de elección en el menú. Legumbres de producción ecológica.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Menú secundaria hipocalórico - Febrero 2026

