

Menú SIN GLUTEN 2 - 3 años - JUNIO 2026. Colegio Senara

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5
Coliflor Rehogada	Alubias a la Vinagreta/Alubias con verduras	Arroz Tres Delicias	Crema de Calabaza ECOLÓGICA	Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten)
Tortilla de Patata	Jamonicitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza a la Andaluza	Cinta de lomo a la plancha	Cocido Completo
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE	Patata Horno	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Fruta y Pan Integral
Yogur Natural y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
Judías Verdes con Patatas	Ensalada de Garbanzos Vegetal/Garbanzos con verduras	Gazpacho (sin Pan)/Crema de zanahoria	Ensalada de Pasta S/Gluten / Pasta S/Gluten con tomate casero	Arroz con Champiñones y Frijoles
Merluza a la Andaluza	Tortilla francesa de york	Pollo en Pepitoria	Merluza en Salsa Verde	Magro de Cerdo estofado
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Patata Panadera	Verduritas Salteadas	Ensalada Variada
Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Yogur Natural y Pan S/Gluten
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
Arroz con Tomate Casero	Pasta S/Gluten con Verduras	Crema de verduras de temporada	Ensaladilla Rusa (sin atún)/Crema de verduras	Sopa de Fideos S/Gluten
Merluza al Horno	Huevos Revueltos con Taquitos de Pavo	Pollo al horno	Merluza con Tomate	Pollo al horno con tomate
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Calabacín Enharinado Casero (maizena)	Patatas Fritas
Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Fruta y Pan S/Gluten	Yogur Natural y Pan S/Gluten

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea



Menú SIN LACTOSA 2 - 3 años - JUNIO 2026. Colegio Senara

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5
Coliflor Rehogada	Alubias a la Vinagreta/Alubias con verduras	Arroz Tres Delicias	Crema de Calabaza ECOLÓGICA	Sopa de Cocido
Tortilla de Patata	Jamoncitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza a la Andaluza	Cinta de lomo a la plancha	Cocido Completo
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE	Patata Horno	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Fruta y Pan Integral
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
Judías Verdes con Patatas	Ensalada de Garbanzos Vegetal/Garbanzos con verduras	Gazpacho Andaluz/Crema de zanahoria	Ensalada de Pasta (sin Atún)/ Pasta con tomate	Arroz con Champiñones y Frijoles
Merluza a la Andaluza	Tortilla francesa de york	Pollo en Pepitoria	Merluza en Salsa Verde	Magro de Cerdo estofado
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Patata Panadera	Verduritas Salteadas	Ensalada Variada
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
Arroz con Tomate Casero	Espaguetis INTEGRALES con Verduras	Ensalada de Lentejas vegetal/Lentejas con verduras	Ensaladilla Rusa (sin atún)/Crema de verduras	Sopa de Fideos
Merluza al Horno	Huevos Revueltos con Taquitos de Pavo	Pollo al horno	Merluza con Tomate	Hamburguesa de Ternera al horno con tomate
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Calabacín Enahrinado Casero (maizena)	Patatas Fritas
Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA(Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea



Menú SIN HUEVO CRUDO 2 - 3 años - JUNIO 2026. Colegio Senara

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5
Coliflor con Bechamel/Crema de Verduras	Alubias a la Vinagreta/Alubias con verduras	Arroz Tres Delicias (Sin Huevo)	Crema de Calabaza ECOLÓGICA	Sopa de Cocido
Cinta de Lomo a la Plancha	Jamoncitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza a la Andaluza	Cinta de lomo a la plancha	Cocido Completo
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE	Patata Horno	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Fruta y Pan Integral
Yogur Natural y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
Judías Verdes con Patatas	Ensalada de Garbanzos Vegetal/Garbanzos con verduras	Gazpacho Andaluz/Crema de zanahoria	Ensalada de Pasta (sin Atún ni Huevo)/ Pasta con tomate	Arroz con Champiñones y Frijoles
Merluza a la Andaluza	Cinta de Lomo a la Plancha	Pollo al Horno	Merluza en Salsa Verde	Magro de Cerdo estofado
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Patata Panadera	Verduritas Salteadas	Ensalada Variada
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Yogur Natural y Pan Integral
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
Arroz con Tomate Casero	Espaguettis INTEGRALES con Verduras	Ensalada de Lentejas vegetal/Lentejas con verduras	Crema de verduras	Sopa de Fideos
Merluza al Horno	Filete de Pollo	Pollo al horno	Merluza con Tomate	Hamburguesa de Ternera al horno con tomate
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Rodajitas de Calabacín Rebozado	Patatas Fritas
Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Yogur Natural y Pan

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea



Menú SIN HUEVO 2 - 3 años - JUNIO 2026. Colegio Senara

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5
Coliflor con Bechamel/Crema de Verduras	Alubias a la Vinagreta/Alubias con verduras	Arroz Tres Delicias (Sin Huevo)	Crema de Calabaza ECOLÓGICA	Sopa de Cocido (Fideos S/Huevo)
Cinta de Lomo a la Plancha	Jamonicitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza a la Andaluza	Cinta de lomo a la plancha	Cocido Completo
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE	Patata Horno	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Fruta y Pan Integral
Yogur Natural y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
Judías Verdes con Patatas	Ensalada de Garbanzos Vegetal/Garbanzos con verduras	Gazpacho Andaluz/Crema de zanahoria	Ensalada de Pasta S/Huevo (sin Atún ni Huevo)/ Pasta S/Huevo con tomate	Arroz con Champiñones y Frijoles
Merluza a la Andaluza	Cinta de Lomo a la Plancha	Pollo al Horno	Merluza en Salsa Verde	Magro de Cerdo estofado
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Patata Panadera	Verduritas Salteadas	Ensalada Variada
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Yogur Natural y Pan Integral
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
Arroz con Tomate Casero	Pasta S/Huevo con Verduras	Ensalada de Lentejas vegetal/Lentejas con verduras	Crema de verduras	Sopa de Fideos S/Huevo
Merluza al Horno	Filete de Pollo	Pollo al horno	Merluza con Tomate	Hamburguesa de Ternera al horno con tomate
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Rodajitas de Calabacín Rebozado	Patatas Fritas
Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Yogur Natural y Pan

PAN Y LÁCTEOS SIN HUEVO

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea



Menú SIN HUEVO NI LECHE 2 - 3 años - JUNIO 2026. Colegio Senara

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5
Coliflor Rehogadal/Crema de Verduras	Alubias a la Vinagreta/Alubias con verduras	Arroz Tres Delicias (Sin Huevo)	Crema de Calabaza ECOLÓGICA	Sopa de Cocido (Fideos S/Huevo)
Cinta de Lomo a la Plancha	Jamoncitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza a la Andaluza	Cinta de lomo a la plancha	Cocido Completo
Tomate Asado a la Provenzal con AOVE	Patata Horno	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Fruta y Pan Integral
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
Judías Verdes con Patatas	Ensalada de Garbanzos Vegetal/Garbanzos con verduras	Gazpacho Andaluz/Crema de zanahoria	Ensalada de Pasta S/Huevo (sin Atún ni Huevo)/ Pasta S/Huevo con tomate	Arroz con Champiñones y Frijoles
Merluza a la Andaluza	Cinta de Lomo a la Plancha	Pollo al Horno	Merluza en Salsa Verde	Magro de Cerdo estofado
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Patata Panadera	Verduritas Salteadas	Ensalada Variada
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
Arroz con Tomate Casero	Pasta S/Huevo con Verduras	Ensalada de Lentejas vegetal/Lentejas con verduras	Crema de verduras	Sopa de Fideos S/Huevo
Merluza al Horno	Filete de Pollo	Pollo al horno	Merluza con Tomate	Hamburguesa de Ternera al horno con tomate
Ensalada Variada	Ensalada Variada	Ensalada Variada	Calabacín Enaharinado Casero (Maizena)	Patatas Fritas
Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan Integral	Fruta y Pan

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



**Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea**

