

Menú SIN GLUTEN SECUNDARIA

SAN JAIME APÓSTOL
FEBRERO 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Guiso de patata, verdura y ternera	Paella valenciana	Sopa casera de ave con garbanzos, patata y pasta sin gluten	Crema de verduras	Fideos a la cazuela con pasta sin gluten
Merluza en salsa de pesto	Huevos rellenos	Pollo al horno	Albondigas a la jardinera de guisantes y zanahoria	Tosta de pan sin gluten con hummus de garbanzos
Ensalada de col, zanahoria y manzana	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Champiñones salteados	Ensalada de lechuga, maíz y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria
Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten
09	JORNADA DE LAS LEGUMBRES	11	12	13
Guiso de patata y verdura	Pasta sin gluten a la carbonara con bacon	Vichyssoise	Arroz a la cubana	Suquet de peix
Tortilla francesa	Caballa al horno	Magro al horno o a la plancha	Guisantes salteados con jamón serrano	Pollo marinado al limón y romero
Loncha de queso	Crunchygarbanzos sin pasta tahine (garbanzos especiados crujientes)	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas	Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos
Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Yogur natural / Pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten
16	DEGUSTACIÓN JAPÓN	18	19	20
Pasta sin gluten con salsa de tomate	Alubias estofadas con verduras	Arroz integral de la huerta	Crema de verduras de temporada	Hervido valenciano de judía verde
Bacalao al horno	Cinta de lomo en salsa de miel y mostaza	Revuelto de huevo	Longanizas	Revuelto de huevo
Ensalada de col, zanahoria y manzana	Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Calabacín salteado	Zanahoria salteada	Ensalada de lechuga y zanahoria
Postre variado / pan sin gluten	Natillas de chocolate / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Yogur / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten
23	24	JORNADA CHINA	26	27
Sopa de verduras con pasta sin gluten y garbanzos	Guiso de garbanzos	Pasta sin gluten con verduras	Crema de verduras y hortalizas	Arros amb fesols i naps
Panini sin gluten con boloñesa vegetal casera	Tortilla de patata	Cinta de lomo a la plancha	Pollo al horno	Limanda al horno con ajo y perejil
Ensalada de lechuga, tomate y atún	Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha	Ensalada china (ensalada de col, maíz, soja y zanahoria)	Brócoli salteado	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Natillas de chocolate / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten	Postre variado / pan sin gluten
04	05	06	07	08

* 1 vez a la semana se servirá yogur como postre.
* Todas las semanas se servirá pan blanco, pan integral de masa madre y, como mínimo, 2 veces de pan integral.

¡Todos los cítricos son 100% de la Comunidad Valenciana!

ESTE MES, EN EL PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: JAPÓN Y CHINA



La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Per sopar pot ser...



Carn



Carn



Carn



Carn



Carn



Carn



Carn



Carn



Fruita



Carn



Carn



Carn