

# Colegio EL TALLER

**MENÚ SALUDABLE**



## **Menús Curso 2024-2025**



Programa de Prevención  
de Obesidad Infantil  
Molina de Segura





Programa de Prevención de Obesidad Infantil  
Melina de Segura

# MENÚ SALUDABLE

## Colegio El Taller



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1ª  
Semana

Ensalada variada  
**Arroz**  
con pescado  
Fruta Pan

Ensalada con crujiente de pollo  
**Olla**  
de cerdo y alubias  
Fruta Pan integral

Ensalada de colores  
**Guiso**  
de ternera  
Fruta Pan

Ensalada con pollo  
**Lentejas**  
con chorizo  
Fruta Pan integral

Ensalada del tiempo  
**Pasta**  
con salmón  
Fruta Pan

2ª  
Semana

Ensalada huertana  
**Arroz**  
a la cubana  
Fruta Pan

Crema de calabaza y alubias  
**Pollo**  
asado con manzana  
Fruta Pan integral

Espirales tricolor  
**Pasta**  
integral boloñesa  
Fruta Pan

Ensalada serrana  
**Guiso**  
de pescado con patatas  
Fruta Pan integral

Ensalada mediterránea  
**Cocido**  
completo  
Fruta Pan

3ª  
Semana

Ensalada con york y queso  
**Lentejas**  
con pollo  
Fruta Pan

Espirales tricolor  
**Merluza**  
a la bilbaína  
Fruta Pan integral

Ensalada marinera  
**Arroz**  
con habichuelas  
Fruta Pan

Sopa de verdura  
**Hamburguesa**  
con ensalada  
Fruta Pan integral

Ensalada primavera  
**Pasta**  
con atún y verduras  
Fruta Pan

4ª  
Semana

Ensalada completa  
**Lentejas**  
con magra  
Fruta Pan

Ensalada toscana  
**Asado**  
de pollo  
Fruta Pan integral

Puré de calabacín  
**Merluza**  
rebozada con ensalada  
Fruta Pan

Ensalada campesina  
**Guiso**  
con arroz y garbanzos  
Fruta Pan integral

Ensalada caprichosa  
**Albónigas**  
con patatas  
Fruta Pan

5ª  
Semana

Ensalada de temporada  
**Arroz**  
con magra y verduras  
Fruta Pan

Ensalada fresca  
**Cocido**  
con albóndigas  
Fruta Pan integral

Ensalada de pasta  
**Pescado**  
al horno con judías salteadas  
Fruta Pan

Ensalada mixta  
**Lentejas**  
estofadas  
Fruta Pan integral

Sopa de verduras  
**Tortilla/Coca**  
de verduras con York  
Fruta Pan

6ª  
Semana

Tomate con caballitas  
**Lentejas**  
con verduras  
Fruta Pan

Sopa de pescado  
**Tortilla**  
de patatas con ensalada  
Fruta Pan integral

Ensalada de verano  
**Olla**  
de cerdo y alubias  
Fruta Pan

Ensalada de cogollos  
con atún y cherry  
**Arroz**  
con pollo  
Fruta Pan integral

Ensalada gourmet  
**Pasta**  
con carne y verduras  
Fruta Pan

## Calendario escolar 2024-2025

### OCTUBRE

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
4ª		1	2	3	4	5	6
5ª	7	8	9	10	11	12	13
6ª	14	15	16	17	18	19	20
1ª	21	22	23	24	25	26	27
2ª	28	29	30	31			

### NOVIEMBRE

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
3ª	4	5	6	7	8	9	10
4ª	11	12	13	14	15	16	17
5ª	18	19	20	21	22	23	24
6ª	25	26	27	28	29	30	

### DICIEMBRE

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
1ª	2	3	4	5	6	7	8
2ª	9	10	11	12	13	14	15
3ª	16	17	18	19	20	21	22
4ª	23	24	25	26	27	28	29

### ENERO

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
4ª	30	31	1	2	3	4	5
5ª	6	7	8	9	10	11	12
6ª	13	14	15	16	17	18	19
1ª	20	21	22	23	24	25	26
2ª	27	28	29	30	31		

### FEBRERO

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
1ª						1	2
2ª	3	4	5	6	7	8	9
3ª	10	11	12	13	14	15	16
4ª	17	18	19	20	21	22	23
5ª	24	25	26	27	28		

### MARZO

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
6ª	3	4	5	6	7	8	9
1ª	10	11	12	13	14	15	16
2ª	17	18	19	20	21	22	23
3ª	24	25	26	27	28	29	30

### ABRIL

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
4ª	31	1	2	3	4	5	6
5ª	7	8	9	10	11	12	13
6ª	14	15	16	17	18	19	20
1ª	21	22	23	24	25	26	27
2ª	28	29	30				

### MAYO

SEMANA	L	M	X	J	V	S	D
2ª				1	2	3	4
3ª	5	6	7	8	9	10	11
4ª	12	13	14	15	16	17	18
5ª	19	20	21	22	23	24	25
6ª	26	27	28	29	30	31	