Menú Triturado

COLEGIO SANTÍSIMA TRINIDAD -SA

Noviembre 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
	Puré de verduras con pollo - Triturado de frutas	Puré de garbanzos con verduras y arroz - Triturado de frutas	Puré de verduras con pollo - Triturado de frutas	Puré de lentejas con verduras y huevo - Triturado de frutas
09	10	11	12	13
Puré de zanahoria y pollo - Triturado de frutas	Puré de arroz con verduras y salmón - Triturado de frutas	Puré de garbanzos con verduras y huevo - Triturado de frutas	Puré de verduras con pollo - Triturado de frutas	Puré de verduras con abadejo - Triturado de frutas
16	17	18	19	20
Puré de arroz con verduras y pollo - Triturado de frutas	Puré de lentejas con verduras y merluza - Triturado de frutas	Puré de cerdo con verduras - Triturado de frutas	Puré de alubias con verduras y huevo - Triturado de frutas	Puré de bacalao con judía, zanahoria, calabacín - Triturado de frutas
23	24	25	26	27
Puré de cerdo con verduras - Triturado de frutas	Puré de alubias con verduras y huevo - Triturado de frutas	Puré de pavo con verduras - Triturado de frutas	Puré de garbanzos con verduras y ternera - Triturado de frutas	Puré de arroz con verduras y salmón - Triturado de frutas
30	01	02	03	04
Puré de lentejas con verduras y huevo - Triturado de frutas				

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible



01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.



03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.



02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.



04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.



RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...	Para cenar puede ser...
Verdura	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	Verdura
Legumbres	Verdura o Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
Huevo	carne o Pescado
Pescado	Huevo o carne
Legumbres	Verdura o Huevo
carne	Huevo o Pescado

Fruta o lácteo

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

Listado de alérgenos por plato para el Menú Triturado

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Triturado	Semana 1	Lunes	Primero	Puré de verduras con merluza				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Martes	Primero	Puré de verduras con pollo														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Miércoles	Primero	Puré de garbanzos con verduras y arroz														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Jueves	Primero	Puré de verduras con pollo														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Viernes	Primero	Puré de lentejas con verduras y huevo	1		3											14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
	Semana 2	Lunes	Primero	Puré de zanahoria y pollo														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Martes	Primero	Puré de arroz con verduras y salmón				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Miércoles	Primero	Puré de garbanzos con verduras y huevo			3											14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Jueves	Primero	Puré de verduras con pollo														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Viernes	Primero	Puré de verduras con abadejo				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
	Semana 3	Lunes	Primero	Puré de arroz con verduras y pollo														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Martes	Primero	Puré de lentejas con verduras y merluza	1			4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Miércoles	Primero	Puré de cerdo con verduras														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Jueves	Primero	Puré de alubias con verduras y huevo			3											14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Viernes	Primero	Puré de bacalao con judía, zanahoria, calab				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
	Semana 4	Lunes	Primero	Puré de cerdo con verduras														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Martes	Primero	Puré de alubias con verduras y huevo			3											14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Miércoles	Primero	Puré de pavo con verduras														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Jueves	Primero	Puré de garbanzos con verduras y ternera														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Viernes	Primero	Puré de arroz con verduras y salmón				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
	Semana 5	Lunes	Primero	Puré de lentejas con verduras y huevo	1		3											14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Martes	Primero	Puré de verduras con merluza				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Miércoles	Primero	Puré de verduras con pollo y garbanzos														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Jueves	Primero	Puré de verduras con abadejo				4										14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														
		Viernes	Primero	Puré de cerdo con verduras														14
			Segundo	-														
			Guarnición	Triturado de frutas														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.