

# MENÚ FEBRERO 2026 NURSERY 1

## HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>2</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>3</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>4</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>5</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>6</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>9</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>10</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>11</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>12</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>13</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>16</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>17</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>18</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>19</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>20</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>23</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>24</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>25</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>26</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>27</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.

HUMANITAS  
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

### MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO/A CON ALERGIA/INTOLERANCIA:

**INTOLERANCIA AL GLUTEN:**  
Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO:**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE DE VACA:**  
Alimentos libres de PLV.

**ALERGIA AL HUEVO:**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.

**ALERGIA A FRUTOS SECOS:**  
Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco.

**ALERGIA A SOJA:**  
Elaboración de los alimentos sin soja.

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

Aceite de oliva para todos los guisos y ensaladas.

Aceite de girasol para freidoras.

# MENÚ FEBRERO 2026 NURSERY 2-INFANTIL (3-5 Años)

## HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

HUMANITAS  
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>2</b> <b>Tricolor de verduras al horno.</b> <b>Albóndigas en salsa española.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y fruta.	<b>3</b> <b>Judías blancas estofadas con verduras.</b> <b>Tortilla de calabacín con ensalada.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Lasaña de verduras y yogur.	<b>4</b> <b>Macarrones con tomate.</b> <b>Merluza al horno con patata panadera.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pavo y fruta.	<b>5</b> <b>Arroz caldoso.</b> <b>Ragout de pollo con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Empanada, pescado y fruta.	<b>6</b> <b>Crema de verduras.</b> <b>Filete de Sajonia al horno con ensalada.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Verdura, Tortilla y fruta.
<b>9</b> <b>Judías verdes con patata.</b> <b>Merluza a la romana con ensalada.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pollo y yogur.	<b>10</b> <b>Crema de calabacín.</b> <b>Ragout de pavo con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, tortilla y fruta.	<b>11</b> <b>Lentejas estofadas con verduras.</b> <b>Tortilla francesa con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	<b>12</b> <b>Coditos con tomate.</b> <b>Merluza en salsa verde con guisantes.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal, pescado y fruta.	<b>13</b> <b>Arroz con pollo.</b> <b>Croquetas con ensalada de tomate y maíz.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Sopa, pollo y fruta.
<b>16</b> <b>Guisantes con huevo cocido.</b> <b>Mini hamburguesas con salsa de tomate.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y fruta.	<b>17</b> <b>Garbanzos estofados con verduras.</b> <b>Tortilla de patata con ensalada.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	<b>18</b> <b>Arroz con tomate.</b> <b>Merluza a la riojana.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Empanada, pollo y macedonia.	<b>19</b> <b>Crema de verduras.</b> <b>Ragout de pollo al ajillo con patatas fritas.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal, pescado y fruta.	<b>20</b> <b>Macarrones en salsa marinara.</b> <b>Magro guisado con verduras.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Sopa, empanada y fruta.
<b>23</b> <b>Arroz con verduras.</b> <b>Nuggets con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, tortilla y fruta.	<b>24</b> <b>Judías verdes con tomate.</b> <b>Magro en salsa con puré de patata.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	<b>25</b> <b>Crema de verduras.</b> <b>Albóndigas a la jardinera.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Lasaña de verduras y fruta.	<b>26</b> <b>Coditos con tomate.</b> <b>Merluza al horno con patata panadera.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pollo y fruta.	<b>27</b> <b>Lentejas estofadas con verduras.</b> <b>Tortilla francesa con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Empanada, pescado y yogur.

**MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO/A CON ALERGIA/INTOLERANCIA:**

**INTOLERANCIA AL GLUTEN:**  
Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO:**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE DE VACA:**  
Alimentos libres de PLV.

**ALERGIA AL HUEVO:**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.  
Pasta sin huevo.

**ALERGIA A FRUTOS SECOS:**  
Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco.

**ALERGIA A SOJA:**  
Elaboración de los alimentos sin soja.

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

Aceite de oliva para todos los guisos y ensaladas.  
Aceite de girasol para freidoras.