SERUNION EDUCA

Menú Basal - una opción

YAGO SCHOOL MÁLAGA
Noviembre 2026

yago school MÁLAGA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 FESTIVO	**03** Crema suave de verduras y hortalizas de temporada Caldereta de pollo Patatas fritas caseras Fruta fresca y pan integral	**04** Espaguetis integrales salteados con pavo Merluza guisada a la vizcaina Ensalada de col fresca Yogur y pan blanco	**05** Patatas guisadas con pollo Milhojas de boloñesa de lentejas casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan integral	**06** Arroz a la cubana con salsa de tomate casera y huevo Salchichas frescas al horno Ensalada de lechuga y pepino Fruta fresca y pan blanco
09 Coditos con bechamel Tortilla española Pisto de verduras hortelano Fruta fresca y pan blanco	**10** Crema de verduras y hortalizas de temporada con croutons Pollo al horno Patatas panaderas al horno con cebolla Yogur natural con toppings de fruta y pan integral	**11** Arroz integral salteado con maiz, calabaza y calabacín Fajitas con boloñesa de soja Nachos Fruta fresca y pan blanco	**12** Puchero Andaluz Salmón al horno macerado con piña Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	**13** Garbanzos al estilo hindú Pollo tikka massala Arroz pilaf Fruta fresca y pan blanco
16 Zuccaroni (Macarrones integrales con salsa de setas y calabaza) Albóndigas de pollo guisadas a la jardinera Calabaza asada con toque de pimienta Yogur y pan blanco	**17** Crema de verduras y hortalizas de temporada Revuelto de huevo y jamón serrano Picadillo de tomate fresco Fruta fresca y pan integral	**18** Sopa casera de picadillo con york y huevo duro Bacalao a la siciliana Patatas asadas Fruta fresca y pan blanco	**19** Hot Poke (arroz integral con huevo, salmón, cebollino y aliño de mahonesa Falafel frito con salsa tzatzki Ensalada de lechuga y pepino Fruta fresca y pan integral	**20** Ensalada de cous cous con lechuga, atún y huevo Pollo al chilindrón Espirales salteados Fruta fresca y pan blanco
23 Arroz integral con salsa de tomate casera Huevos fritos y salchichas frescas Ensalada de lechuga y maiz dulce Fruta fresca y pan blanco	**24** Crema de calabaza y puerro Pizza vegetal con cebolla y champiñones Zanahorias baby salteadas Fruta fresca y pan integral	**25** Garbanzos con espinacas Bacalao con muselina de ajo Arroz pilaf Fruta fresca y pan blanco	 **26** Sopa casera de pollo con picadillo Pavo asado relleno con salsa gravy y salsa de arándanos Puré de patatas Mousse de chocolate y pan integral	**27** Tagliatelle con salsa alfredo Cerdo al horno con hierbas provenzales Calabacín rebozado Fruta fresca y pan blanco
30 Ensalada de alubias blancas Jamoncitos de pollo horneados al ajillo Arroz salteado Yogur y pan blanco	**FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (OTOÑO)** **MANZANA, PLÁTANO/ BANANA, PERA, NARANJA, MANDARINA Y CAQUI PÉRSIMON** La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.			

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.

SERUNION EDUCA

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

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

DOWN España · FACE Federación de Asociaciones de Celíacos de España · Fundación Vicki Bernadet

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

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
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Garbanzos guisados con chorizo	1	2	3						9					14
			Segundo	Tortilla de champiñones plancha			3											
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (judia verde														14
			Segundo	Caldereta de pollo (tomate, zanahoria, pimi														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Miércoles	Primero	Espaguetis integrales aglio-olio con pavo y	1	2	3						9		11			14
			Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimi				4										14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con pollo														14
			Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Viernes	Primero	Arroz a la cubana (salsa tomate, huevo frito			3											
			Segundo	Salchichas de cerdo frescas a la plancha	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y pepino														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Coditos con bechamel ligera	1	2							9	10	11	12		
			Segundo	Tortilla de patata casera			3											14
			Guarnición	Pisto de verduras hortelano														
		Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas con picatos	1													14
			Segundo	Pechuga de pollo al horno / plancha														
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con maíz, calabaza y														14
			Segundo	Fajitas con boloñesa de soja	1	2	3					8	9	10				
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Puchero andaluz												12		14
			Segundo	Salmón al horno macerado en piña				4										14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
		Viernes	Primero	Garbanzos al estilo hindú	1									10	11			
			Segundo	Pollo tika masala		2									11			14
			Guarnición	Arroz pilaf (arroz, cebolla, laurel)														
	Semana 3	Lunes	Primero	Zuccaroni - macarrones integrales con crer	1	2							9		11			
			Segundo	Albóndigas de ave guisadas a la jardinera (r	1	2	3						9					14
			Guarnición	Calabaza asada con toque de pimienta														
		Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (judia verde														14
			Segundo	Revuelto de huevo y jamón serrano			3											
			Guarnición	Picadillo de tomate fresco (tomate, atún , a				4										14
		Miércoles	Primero	Sopa de picadillo con york y huevo duro	1	2	3						9		11	12		14
			Segundo	Bacalao guisado a la siciliana (salsa tomate				4										14
			Guarnición	Patatas al horno														
		Jueves	Primero	Hot poke (arroz integral, huevo, salmón, cel	1	2	3	4					9		11	12		14
			Segundo	Falafel frito con salsa tzatziki	1	2	3	4	5	6			9	10	11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y pepino														14
		Viernes	Primero	Ensalada de cous cous con lechuga, atún y	1		3	4					9		11			14
			Segundo	Jamoncitos de pollo al chilindrón														
			Guarnición	Espirales en blanco salteados	1								9		11			
	Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Huevos fritos con salchichas	1	2	3						9					14
			Guarnición	Lechuga y maíz dulce														14
		Martes	Primero	Crema de puerro y calabaza														14
			Segundo	Pizza vegetal con cebolla y champiñones	1	2	3						9					
			Guarnición	Zanahoria baby salteada														
		Miércoles	Primero	Guiso de garbanzos con espinacas														14
			Segundo	Bacalao al horno a la muselina de ajo	1	2	3	4					9		11	12		14
			Guarnición	Arroz pilaf (arroz, cebolla, laurel)														
		Jueves	Primero	Sopa casera de pollo con picadillo	1		3						9		11	12		14
			Segundo	Pavo asado relleno con salsa gravy y salsa (	1	2	3					8	9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
		Viernes	Primero	Tagliatelle con salsa alfredo	1	2							9		11			14
			Segundo	Cerdo al horno con hierbas provenzales														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
	Semana 5	Lunes	Primero	Ensalada de alubias (tomate, cebolla y pim														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Arroz salteado (sin ajo ni cebolla)														
		Martes	Primero	Wok de pasta integral con verduras (calaba	1	2	3						9		11	12		
			Segundo	Salmón al horno con salsa teriyaki y sésam	1			4					9	10				14
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Miércoles	Primero	Paella mixta (magro, mejillones, calamar)					5									14
			Segundo	Albóndigas vegetales guisadas a la jardiner	1	2	3						9					
			Guarnición	Patatas dado al horno														
		Jueves	Primero	Lentejas guisadas con verduras	1													14
			Segundo	Tortilla de patata casera			3											14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (judia verde														14
			Segundo	Croquetas de espinacas fritas	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Patatas fritas														

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