

# Menú de abril 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6 Lunes de Pascua OCDC cerrado	7 Tostadas con mermelada Melocotones picados y leche al 1% <b>Sándwich de albóndigas</b> <b>Bun W.G.</b> <b>Palitos de apio</b> <b>Kiwi</b> <b>1% Leche</b> Sushi de plátano	8 Pizza de desayuno Bayas con leche al 1% <b>Tiras de pollo</b> <b>Arroz integral/quinoa</b> <b>Maíz</b> <b>Uvas y leche al 1%</b> Palomitas y fresas	9 No hay escuela	10 No hay escuela
13 Corn Flakes Plátano y leche al 1% <b>Cazuela de fideos de atún</b> <b>W.G. Breadstick</b> <b>Guisantes</b> <b>Melocotones picados</b> <b>1% Leche</b> W.W. Tostada con mermelada Fresas	14 magdalenas inglesas Mandarinas 1% Leche <b>Enchiladas de pollo sobre tortilla W.G.</b> <b>Maíz</b> <b>Uvas y leche al 1%</b> Mezcla para snacks y cuñas de pera	15 burritos de desayuno Bayas y leche al 1% <b>Turquía</b> <b>W.W. Pan con mantequilla</b> <b>Puré de patatas con salsa</b> <b>Piña</b> <b>1% Leche</b> Mordidas de energía y cuñas de manzana	16 tortitas Orange Wedges con leche al 1% <b>Sloppy Joe en el bollo de W.G</b> <b>Judías verdes con Ranch</b> <b>Compota de manzana</b> <b>1% Leche</b> Palo de queso Galletas de Pescado Dorado	17 Mini Cucharillas Glaseadas Peras picadas y leche al 1% <b>Hamburguesa con queso en un pan</b> <b>Patatas fritas con kétchup</b> <b>Mandarinas</b> <b>1% Leche</b> Queso y galletas saladas
20 Cheerios Clementinas & 1% de leche <b>Palitos de pescado con kétchup</b> <b>Arroz integral</b> <b>Piña</b> <b>Hojas para ensalada con ranch</b> <b>1% Leche</b> Galletas Graham Peras picadas	21 Tostadas con Remolino de Canela Plátano y leche al 1% <b>Espaguetis con salsa de carne</b> <b>W.G. Breadstick</b> <b>Coles de Bruselas asadas</b> <b>Kiwi</b> <b>1% Leche</b> Mini pasteles de arroz Compota de manzana	22 Huevos al Horno Mandarinas 1% Leche <b>Sopa de pollo con fideos</b> <b>Galletas saladas</b> <b>W.W. Pan con mantequilla</b> <b>Pepinos con Rancho</b> <b>Cuñas de pera y leche al 1%</b> Mezcla de Chex y Melocotones Picados	23 palitos de tostada francesa Plátanos y leche al 1% <b>Macarrones con queso</b> <b>Semillas de Pepita</b> <b>Panecillo de la cena W.G. con mantequilla</b> <b>Tator Tots con kétchup</b> <b>Uvas y leche al 1%</b> Lonchas de manzana Brócoli con Rancho	24 pan de plátano 1% Leche Cóctel de frutas <b>Cazuela de tacos</b> <b>Panecillo de la cena W.G. con mantequilla</b> <b>Coliflor asada</b> <b>Variedad de frutas y leche al 1%</b> Yogur Galletas de Pescado Dorado
27 Cereal Chex Peras picadas y leche al 1% <b>Chili de pollo blanco</b> <b>Guisantes de boca de azúcar</b> <b>Panecillos de la cena W.G.</b> <b>Uvas y leche al 1%</b> Galletas Goldfish Fresas	28 Biscuit Compota de manzana y leche al 1% <b>Perrito caliente en el bollo de W.G.</b> <b>Patatas fritas con kétchup</b> <b>Sandía</b> <b>1% Leche</b> Palitos de pretzel Melocotones picados	29 Cheese Quesadillas Rodajas de naranja y leche al 1% <b>Tiras de pollo</b> <b>Arroz integral</b> <b>Maíz</b> <b>Kiwi</b> <b>1% Leche</b> Julius naranja/fresa Crackers	30 Parfait de fruta y yogur 1% Leche <b>Sándwich de mantequilla solar y mermelada de W.W.</b> <b>Huevo cocido</b> <b>Judías verdes con ranch</b> <b>Cuñas de pera y leche al 1%</b> W.G. Bocados de Batata Clementine	1 No hay escuela



## Piña de la cosecha del mes



### Plan de Lección de Piña

#### Datos curiosos sobre las piñas

La planta de piña es una monocotiledónea herbácea. Crece entre 2 y 4 pies de altura y 3-4 pies de ancho.

La piña fresca es la única fuente conocida de bromelina, que es una enzima con propiedades antiinflamatorias. La piña también contiene potasio, hierro, vitamina C, manganeso y fibra.

La gente decora sus casas y oficinas con piñas como símbolo de suerte, para que sus esfuerzos den frutos.

En algunas culturas, la piña es conocida como uno de los mejores regalos para una fiesta de inauguración o la apertura de un nuevo negocio.

Las piñas tienen una enzima, como el kiwi y la papaya, que al usarse con carnes hace que la carne sea más tierna. Esta enzima deja de estar activa después de haberse calentado, por lo que las variedades enlatadas no tendrán la misma propiedad.

### Receta de piña

#### Piña caramelizada en freidora de aire

##### Receta de Aimee

Los aros de piña en freidora de aire son un postre pegajoso y dulce perfecto para el verano, especialmente cuando se combina con helado y ralladura de lima.

4,95 de 38 votos

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 16 minutos

Tiempo total: 26 minutos

Plato: Postre

Servicio: 1

Calorías: 257 kcal

Equipamiento: Freidora de aire

Papel de pergamino para freidora de aire

#### Ingredientes

5 rodajas de piña

1 cucharada de azúcar moreno

1/4 de cucharadita de canela

Opcional de ralladura de lima

#### Instrucciones

Corta el corazón de la piña y córtalo en aros de aproximadamente 1/4 de pulgada de grosor.

Precalienta la freidora de aire a 400 grados Fahrenheit durante 5 minutos.

Mezcla el azúcar moreno y la canela en un bol pequeño.

Coloca las rodajas de piña en la cesta de la freidora de aire y espolvorea ligeramente con una mezcla de azúcar moreno y canela (nota: deja suficiente para espolvorear el otro lado y lo más probable es que te quede algo después de espolvorear ambos lados).

Cocina a 380 grados Fahrenheit por el primer lado durante 7-8 minutos, luego dale la vuelta.

Cocina 7-8 minutos adicionales.

Emplata y sirve como quieras (me encanta el helado y la ralladura de lima).

#### Notas

Cada freidora de aire cocina de forma diferente. Revisa con frecuencia si tus piñas ya están listas.

Asegúrate de cocinar las piñas en una sola capa y no se amontonen.

Aunque puede ser tentador poner mucho azúcar moreno o canela en las piñas, las piñas también son naturalmente dulces. Un poco de la mezcla funciona mejor que poner demasiado.

Si es posible, intenta cortar todas las rodajas de piña del mismo grosor para que se cocinen de forma uniforme.

Para que esta receta sea realmente fácil, compra piña ya cortada y con el corazón. Aunque eso puede ser más caro, así que es más económico cortar una piña tú mismo.

Si se muestra la información nutricional, los valores se basan en una calculadora online y son estimaciones. Por favor, verifica usando tus propios datos.