

# Menú: Infantil, Primaria y E.S.O. Febrero 2024



								JUEVES 01				VIERNES 02							
								Sopa de verduras				Paella							
								Pollo en pepitoria con champiñones				Salchichas frescas							
								Yogur / pan				Fruta / pan							
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.				
								529	28	20	58	606	18	24	76				
LUNES 05				MARTES 06				MIÉRCOLES 07				JUEVES 08				VIERNES 09			
Brócoli rehogado				Arroz Milanesa				Sopa de cocido				Tallarines dos delicias				Crema de alcachofas			
Albóndigas con patata dado				Pollo a la plancha con ensalada				Cocido completo				Merluza a la vizcaína con ensalada				Nuggets de pollo con ketchup			
Fruta / pan				Yogur / pan				Fruta / leche/ pan				Yogur / pan				Fruta / pan			
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.				
632	26	31	58	645	31	26	69	715	31	22	91	611	26	22	75	604	25	19	78
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14				JUEVES 15				VIERNES 16			
Lentejas				Sopa Vallmont				Macarrones con atún				Patatas revolconas				Judías verdes con tomate			
Tortilla de patata con ensalada				Pollo asado con patatas				Merluza en salsa				Hamburguesa a la plancha con ensalada				Calamares a la romana con ensalada			
Fruta / pan				Yogur / pan				Fruta / leche/ pan				Yogur / pan				Fruta / pan			
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.				
744	25	33	80	667	35	37	47	685	28	22	90	715	30	39	57	615	22	24	71
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21				JUEVES 22				VIERNES 23			
Pasta carbonara				Guisantes con jamón				Judías blancas estofadas											
Merluza al horno				Escalopines con ensalada				Huevos cocidos con pisto				NO LECTIVO				NO LECTIVO			
Fruta / pan				Yogur / pan				Fruta / leche/ pan											
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.				
658	21	24	85	609	36	26	51	669	31	27	68								
LUNES 26				MARTES 27				MIÉRCOLES 28				JUEVES 29							
Arroz blanco con tomate				Menestra de verduras				Sopa de cocido				Espaguetis boloñesa							
Sajonia a la palncha con ensalada				Pollo a la plancha con patatas fritas				Cocido completo				Pescado con ensalada							
Fruta / pan				Yogur / pan				Fruta / leche/ pan				Yogur / pan							
Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip.	H.C.				
677	21	28	80	647	38	24	60	715	31	22	91	748	33	33	78				

Día	RECOMENDACIONES CENAS
1	Crema de zanahoria, merluza al horno con ensalada y fruta
2	Patatas guisadas con verduras, pavo a la plancha con pimientos y fruta
5	Coditos al ajillo, lenguado rebozado con ensalada y fruta
6	Menestra de verduras, tortilla de atún con ensalada y fruta
7	Arroz con verduras, jamoncitos de pollo al horno y fruta
8	Judías verdes con jamón, ternera en salsa con champiñones y fruta
9	Espinacas gratinadas, bacalao en salsa con patata panadera y fruta
12	Pisto manchego, lacaón a la gallega y fruta
13	Arroz con tomate, salmón al horno con ensalada y fruta
14	Crema de calabacín, ragout de pavo con patatas y fruta
15	Salteado de verduras, tortilla de queso con ensalada de tomate y fruta
16	Sopa de fideos, calamares a la romana con ensalada y fruta
19	Crema de calabaza, tortilla de patata con ensalada y fruta
20	Arroz cremoso con champiñones, medallones de merluza a la plancha con ensalada y fruta
21	Sopa de verduras, cinta de lomo a la plancha con patatas asadas y fruta
22	NO LECTIVO
23	NO LECTIVO
26	Sopa de ave, rape en salsa verde y fruta
27	Guisantes rehogados, pollo a la plancha con patatas y fruta
28	Crema de verduras, huevos rellenos con ensalada y fruta
29	Coliflor con bechamel, ternera a la plancha con ensalada y fruta

MENÚS ELABORADOS Y CALIBRADOS POR EL SERVICIO DE NUTRICIÓN DE SISTEMAS INTEGRALES DE CALIDAD. CFI: B84689553

EN CUMPLIMIENTO DEL RD 126/2015, DISPONEMOS EN COCINA DE LA INFORMACIÓN RELATIVA A ALÉRGICOS DE LOS MENÚS ELABORADOS

