

MENÚ FEBRERO

MENÚ GENERAL



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	973
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	134
					FRUTA PAN	PROTEINAS	37
						LIPIDOS	32
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	899
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	105
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE			PROTEINAS	39
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN		FRUTA PAN	LIPIDOS	33
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	897
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	100
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA Y EMPANADILLAS DE ATÚN	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO			PROTEINAS	38
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN		FRUTA PAN	LIPIDOS	35
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	906
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	115
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS			PROTEINAS	37
FRUTA PAN	HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	NATILLAS PAN	FRUTA PAN		FRUTA PAN	LIPIDOS	34
25	26	27	28			KCAL	886
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	107
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO CON PATATAS			PROTEINAS	33
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	36

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					DELICIAS DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	CODITOS CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN			LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON PESCADO	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA Y EMPANADILLAS DE ATÚN	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PATATAS DADO		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN			LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CON TOMATE	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN			LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	TIBURONES BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)		FINGER DE POLLO CON PATATAS	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE SAJONIA EN SALSA			FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN				LIPIDOS	

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					DELICIAS DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	CODITOS CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	HIDRATOS DE CARBONO		
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS		
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON PESCADO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO		
FILETE DE LENGUADINA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA Y EMPANADILLAS DE ATÚN	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FRUTA PAN	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS		
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (con fideos)	HIDRATOS DE CARBONO		
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	NATILLAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS		
25	26	27	28		CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)	KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON BACON	TIBURONES BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)	FINGER DE POLLO CON PATATAS	HIDRATOS DE CARBONO		
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE SAJONIA EN SALSA			PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN			LIPIDOS		

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MENÚ FEBRERO

MENÚ PURÉ



						1	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
							FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
								LIPIDOS	
4	5	6	7	8	9	10	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
							FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
								LIPIDOS	
11	12	13	14	15	16	17	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
							FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
								LIPIDOS	
18	19	20	21	22	23	24	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
							FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
								LIPIDOS	
25	26	27	28	29	30	31	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
							FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
								LIPIDOS	

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN PESCADO



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE TERNERA CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON MAGRO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE TERNERA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN		PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE TERNERA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		PROTEINAS	
FRUTA PAN	HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	NATILLAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO CON PATATAS			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN LEGUMBRE



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE FIDEOS	KCAL	
ACELGAS REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	CINTA DE LOMO ADOBADA	HIDRATOS DE CARBONO		
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE	FRUTA PAN	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS		
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUISO DE PATATAS CON BACALAO	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	SOPA DE PICADILLO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO		
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA Y EMPANADILLAS DE ATÚN	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FRUTA PAN	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS		
18	19	20	21	22	SOPA DE FIDEOS	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS	HIDRATOS DE CARBONO		
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	FRUTA PAN	PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	NATILLAS PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS		
25	26	27	28		CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)	KCAL	
ACELGAS REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	ARROZ CON TOMATE	FINGER DE POLLO CON PATATAS		HIDRATOS DE CARBONO		
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FRUTA PAN		PROTEINAS		
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN			LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN CERDO



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON AJITO	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE		FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo)	GUISO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO (sin cerdo)		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	FILETE DE TERNERA CON TOMATE	CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO		FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CON TOMATE	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON TERNERA	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	NATILLAS PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON AJITO	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)		FINGER DE POLLO CON PATATAS	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA			FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN				LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN GLUTEN



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	KCAL	
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS (sin gluten)	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE			PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	GELATINA DE FRUTAS PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO (sin gluten)		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin gluten)	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO			PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (sin gluten)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin gluten)	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS			PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	HAMBURGUESA COMPLETA (sin gluten)	NATILLAS PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin gluten)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO (sin gluten)			PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN HUEVO



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO (sin huevo)	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin huevo)	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN		PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin huevo)	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		PROTEINAS	
FRUTA PAN	HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	NATILLAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin huevo)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE TERNERA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO (sin huevo)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN LECHE



				1	ARROZ CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata) FRUTA PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS
11	12	13	14	15	PURÉ DE VERDURAS (con patata, zanahoria, calabacín y calabaza) FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN FRUTA PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata) FRUTA PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS
25	26	27	28			KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN HUEVO-LECHE



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
11	12	13	14	15	PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón)	GUIISO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO (sin huevo-leche)	PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin huevo-leche)	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	KCAL	
MACARRONES CON TOMATE	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA	LIBRITOS DE JAMÓN (sin huevo-leche)	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin huevo)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	PURÉ DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE TERNERA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO (sin huevo-leche)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ BAJO EN COLESTEROL



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA FRANCESA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIISO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacín y calabaza)	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DESNATADO PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CON TOMATE	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON VERDURAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) FILETE DE TERNERA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	DANACOL PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS	ESPAGUETIS CON TOMATE	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA FRANCESA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DESNATADO PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN FRUTOS SECOS



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO		
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE		PROTEINAS		
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	GELATINA DE FRUTAS PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	LIPIDOS		
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacin y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO		
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA Y EMPANADILLAS DE ATÚN	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS		
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		LIPIDOS		
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO		
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS		
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		LIPIDOS		
25	26	27	28		KCAL		
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)		HIDRATOS DE CARBONO		
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO CON PATATAS		PROTEINAS		
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MENÚ FEBRERO

MENÚ SIN MARISCO



				1	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
					FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	HIDRATOS DE CARBONO	
					FRUTA PAN	PROTEINAS	
						LIPIDOS	
4	5	6	7	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON	TALLARINES CON VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA con papas dado	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	GELATINA DE FRUTAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
11	12	13	14	15	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacin y calabaza)	KCAL	
ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	GUISO DE PATATAS CON BACALAO	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE PICADILLO	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,calabacin y calabaza)	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	CROQUETAS DE LA ABUELA	REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO	FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
18	19	20	21	22	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENÚ DEL ALUMNO	PATATAS CON COSTILLAS	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (con fideos)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	NATILLAS PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN		LIPIDOS	
25	26	27	28			KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico)			HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO CON PATATAS			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

RECOMENDACIONES CENAS: FEBRERO 2019

Viernes 1. Sopa, jamón york con ensalada de zanahoria y tomate, fruta y lácteo

Lunes 4. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 5. Verdura, pechuga de pollo plancha con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 6. Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Jueves 7. Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 8. Pescado azul al horno con patatas y verduras, ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 11. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 12. Verdura, pescado azul, ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 13. Sopa, tortilla con ensalada, macedonia de fruta natural y lácteo.

Jueves 14. Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 15. Ensalada variada, berenjenas rellenas, fruta y lácteo

Lunes 18. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo

Martes 19. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 20. Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo

Jueves 21. Crema, higaditos de pollo con ensalada de tomate, fruta y lácteo.

Viernes 22. Ensalada de tomate y queso, pescado, fruta natural y lácteo.

Lunes 25. Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo

Martes 26. Verdura, croquetas caseras con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 27. Crema, tortilla con ensalada, fruta y lácteo

Jueves 28. Parrillada de verduras, jamón serrano magro con ensalada, fruta y lácteo.