

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	4 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con salteado de verduras Fruta y pan	5 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	6 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	7 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 3275/784 GT: 25 GS: 4 HC: 103 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 1
10 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	11 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	12 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	13 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	14 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3087/738 GT: 20 GS: 4 HC: 110 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
17 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	18 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	19 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 2835/678 GT: 15 GS: 4 HC: 102 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 2
24 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	25 Alubias pintas estofadas Gratinado de salmón al horno con patatas asadas Fruta y pan	26 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	27 Coliflor salteada Rabas de calamar con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	28 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con atún con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2823/675 GT: 19 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 1