

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2022

COLEGIO: ENTREOLIVOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
	1 Potaje de garbanzos Revuelto de jamón york Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	2 Sopa de ave con pasta Salchichas al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	3 Macarrones a la carbonara Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	4 Crema de zanahoria Albóndigas de merluza y pota en salsa con patatas dado Fruta de temporada y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	5 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	6 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2828/677 GT: 27 GS: 6 HC: 82 AZ: 20 PROT: 30 SAL: 3
7 Espirales con tomate Ventresca de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	8 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	9 Patatas con chocos Contramuslo de pollo al limón con ensalada de lechuga y cebolla Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	10 Sopa de estrellas Revuelto de bacon Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	11 Garbanzos estofados con verduras Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	12 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 2948/705 GT: 26 GS: 4 HC: 86 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 3
14 Arroz a banda Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	15 Tallarines con boloñesa de jamón york Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	16 Crema de calabaza Calamares a la romana con patatas fritas Fruta de temporada y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	17 Alubias estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y cebolla Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	18 Fideuá Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	19 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	20 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3122/747 GT: 25 GS: 3 HC: 98 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2
21 Lentejas estofadas con verduras Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	22 Macarrones al queso Filete de merluza al limón con tomate aliñado Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	23 Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	24 Crema de zanahoria Canelones de carne Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	25 FESTIVO 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	26 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	27 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3356/803 GT: 29 GS: 5 HC: 99 AZ: 16 PROT: 35 SAL: 3
28 FESTIVO 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta							VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses