

# MENÚ FEBRERO 2017

DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,6,7</sup>/ Zumos de frutas/ Cereales varios<sup>7</sup>/ Tostadas<sup>1,6</sup>  
Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>6,7</sup>/Mermelada



	MARTES 31_ENERO	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,6,7</sup></b> <b>SOPA CON ESTRELLITAS</b> <i>Stew soup with noodles</i> GARBANZOS, JAMÓN, ZANAHORIA, CHORIZO, POLLO <b>REPOLLO REHOGADO CON AJO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 824,49 - Prot: 51,90 gr HDC: 96,68 gr. - Lip: 25,58 gr.	<b>CREMA DE ZANAHORIA/PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (PATATA, PUERRO, CALABAZA) <i>Vegetables cream with croutons</i> <b>ALBÓNDIGAS TERNERA HORNO (TOMATE, AJO)<sup>1,6</sup></b> MENESTRA DE VERDURAS <i>Meatballs with tomato and vegetables</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 776 - Prot: 35,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.	<b>LENTEJAS CON CHORIZO Y VERDURAS<sup>6,7</sup></b> (PATATA, P.VERDE, CEBOLLA, TOMATE) <i>Lentils with vegetables and sausage</i> <b>MERLUZA HORNO SALSAS (ZANH., CEBOLLA)<sup>4</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ <i>Baked fish with vegetables sauce</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799 - Prot: 37,70 gr HDC: 109 gr. - Lip: 10,20 gr.	<b>ARROZ CALDOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, JUDIAS VERDES, TOMATE) <i>Stew rice with chicken</i> <b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> BASTONCITOS DE ZANAHORIA <i>Omelette with carrots</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 809 - Prot: 16,7 gr HDC: 103 gr. - Lip: 31,9 gr.
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
<b>PASTA DE ESPIRALES<sup>1,3,7</sup></b> <b>TOMATE CASERO (AJO, CEBOLLA) Y QUESO</b> <i>Pasta with cheese and tomato sauce</i> <b>CAELLA PLANCHA CON AJO/PEREJIL<sup>2,4,14</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 776 - Prot: 35,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 9,20 gr.	<b>CALDERO DE JUDÍAS CON VERDURAS</b> (PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA) <i>Beans cream with vegetables</i> <b>TORTILLA DE ATÚN<sup>2,3,4,14</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA <i>Tuna omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799 - Prot: 30,25 gr HDC: 93 gr. - Lip: 26,9 gr.	<b>VICHYSOISE/PICATOSTES<sup>1,6,7</sup></b> (LECHE, PUERRO, PATATA, CEBOLLA) <i>Vichyssoise with croutons</i> <b>MUSLITOS DE POLLO AL HORNO</b> MENESTRA DE VERDURAS <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 837,37 - Prot: 45,25 gr HDC: 100,08 gr. - Lip: 28,46 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,6,7</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> GARBANZOS, JAMÓN, ZANAHORIA, CHORIZO, POLLO <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 824,49 - Prot: 50,90 gr HDC: 96,65 gr. - Lip: 25,57 gr.	<b>ARROZ EN SALSAS DE TOMATE CASERO</b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Rice with tomato sauce</i> <b>BACALAO AL HORNO<sup>4</sup></b> PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803 - Prot: 18,7 gr HDC: 97 gr. - Lip: 31,9 gr.
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
<b>LENTEJAS ESTOFADAS</b> (PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA) <i>Lentils with vegetables</i> <b>TORTILLA DE JAMÓN YORK<sup>3</sup></b> RODAJA DE TOMATE ALIÑADO <i>Ham omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 798 - Prot: 30,58 gr HDC: 100 gr. - Lip: 29,60 gr.	<b>ARROZ CALDOSO CON CHAMPIÑONES</b> (ZANAHORIA, TOMATE) <i>Stew rice with mushroom</i> <b>MERLUZA HORNO/SALSAS (HARINA, PEREJIL, AJO)<sup>1,4,11</sup></b> MENESTRA DE VERDURAS <i>Baked hake with sauce and vegetables</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 785 - Prot: 28,7 gr HDC: 93 gr. - Lip: 28,9 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,6,7</sup></b> <b>SOPA CON LLUVIA</b> <i>Stew soup with mushroom</i> GARBANZOS, JAMÓN, ZANAHORIA, CHORIZO, POLLO <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 776 - Prot: 35,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.	<b>MACARRONES CON TOMATE CASERO (AJO, CEBOLLA) Y CHORIZO<sup>1,3,6,7</sup></b> <i>Pasta with sausage and tomato sauce</i> <b>EMPERADOR A LA PLANCHA<sup>2,4,14</sup></b> PATATAS PANADERAS <i>Grilled fish with potatoes</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 824,49 - Prot: 50,90 gr HDC: 96,65 gr. - Lip: 25,57 gr.	<b>CREMA DE CALABAZA/PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (ZANAH., CEBOLLA, PATATA, PUERRO) <i>Creamed vegetables with croutons</i> <b>PECHUGA DE POLLO EMPANADA<sup>1,11</sup></b> BASTONCITOS DE ZANAHORIA <i>Grillet meat with carrot</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 703 - Prot: 39,10 gr HDC: 75,56 gr. - Lip: 22,30 gr.
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
<b>ARROZ MARINERO<sup>2,4,14</sup></b> <b>CON COLAS DE RAPE (ZANH., TOMATE)</b> <i>Stew rice with fish</i> <b>LOMO CERDO HORNO/SALSAS (CHAMPIÑÓN, CEBOLLA)</b> MENESTRA DE VERDURAS <i>Baked meat with mushroom sauce</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799 - Prot: 37,58 gr HDC: 102 gr. - Lip: 25,60 gr.	<b>LENTEJAS A LA JARDINERA</b> (PATATA, P.VERDE, CEBOLLA, TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 800 - Prot: 27,7 gr HDC: 95 gr. - Lip: 22,9 gr.	<b>SOPA DE AVE CON ESTRELLITAS<sup>1,3</sup></b> (POLLO, ZANAHORIA, PUERRO) <i>Stew soup with noodles</i> <b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 703 - Prot: 39,10 gr HDC: 75,56 gr. - Lip: 22,30 gr.	<b>CALDERO DE JUDÍAS CON CHORIZO<sup>6,7</sup></b> (PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA) <i>Beans with sausage</i> <b>BACALAO HORNO/VIZCAÍNA (TOMATE, AJO)<sup>4</sup></b> HERVIDO DE PATATA <i>Baked fish with potatoes</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 776 - Prot: 35,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 9,20 gr.	<b>CREMA DE CALABACIN/PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABAZA, PATATA, ZANAHORIA) <i>Creamed vegetables with croutons</i> <b>SAN JACOBO DE JAMON Y QUESO<sup>1,6,7</sup></b> RODAJA DE TOMATE ALIÑADO <i>Cordon bleu with tomato</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 708 - Prot: 38,10 gr HDC: 77,51 gr. - Lip: 32,10 gr.
LUNES 27	MARTES 28**			
<b>FIESTA</b>	<b>PASTA DE TIBURONES CON TOMATE<sup>1,3,7</sup></b> <b>TOMATE (AJO, CEBOLLA) Y PARMESANO</b> <i>Pasta with cheese and tomato sauce</i> <b>TORTILLA DE ATÚN<sup>2,3,4,14</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA <i>Tuna omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 779 - Prot: 39,60 gr HDC: 110 gr. - Lip: 9,33 gr.			

\*\* SOLO PROVINCIA CON APERTURA DE COLEGIO SEGÚN CALEDARIO ESCOLAR

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuces, <sup>14</sup>Moluscos

easy & good.