

Menú de Febrero

CURSO 18-19

				VIERNES 1
				Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	Alubias blancas con verduras Merluza empanada Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes con jamón Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	Puré de puerros Escalope de cerdo Patatas panaderas Yogur o fruta	Lazos gratinados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur o fruta	Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	Macarrones gratinados Bacalao rebozado Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	
Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	Coditos con jamón Merluza Andaluza Ensalada mixta Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	834	46,3	82,9	29,9	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	787	21,8	73,2	36,9	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	754	34,8	64,7	37,5	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	780	34,8	89,6	24,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	807	41,3	84	27,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	783	34,6	99,8	24,8	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.

Menú de Febrero CELIACOS

CURSO 18-19

				VIERNES 1
				Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Patatas Riojanas Burguer meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	Alubias blancas con verduras Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes con jamón Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	Puré de puerros Filete de cerdo a la plancha Patatas panaderas Yogur o fruta	Lazos gratinados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur o fruta	Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	Puré de calabaza Burguer meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	Macarrones gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	
Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	Coditos con jamón Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	702	43,1	68,2	23,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	787	21,8	73,2	36,9	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	711	32,6	59,4	36,1	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	780	34,8	89,6	24,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	719	40,3	83,5	22,6	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	730	33,3	88,1	24,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.

Menú de Febrero alérgicos al huevo

CURSO 18-19

				VIERNES 1 Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4 Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	MARTES 5 Alubias blancas con verduras Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	MIÉRCOLES 6 Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	JUEVES 7 Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	VIERNES 8 Judías verdes con jamón Lomo adobado Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11 Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	MARTES 12 Puré de puerros Filete de cerdo a la plancha Patatas panaderas Yogur o fruta	MIÉRCOLES 13 Lazos gratinados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 14 Arroz salteado con jamón Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	VIERNES 15 Sopa de cocido Cocido Fruta y leche
LUNES 18 Arroz con tomate y salchichas Chuleta de Sajonia Ensalada de zanahoria Fruta y leche	MARTES 19 Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur o fruta	MIÉRCOLES 20 Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	JUEVES 21 Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	VIERNES 22 Macarrones gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25 Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	MARTES 26 Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	MIÉRCOLES 27 Coditos con jamón Merluza Andaluza Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 28 Sopa de cocido Cocido Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,pescado,fruta o lácteo.
Martes 5	702	43,1	68,2	23,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	598	35,3	46,9	28	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,carne,fruta o lácteo.
Martes 12	711	32,6	29,4	36,1	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	780	34,8	89,6	24,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	747	32,3	95,7	24,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	804	28,3	79,1	40,2	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	719	40,3	93,5	22,6	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,carne,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	723	34,6	99,8	24,8	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.

Menú de Febrero alérgico legumbres

CURSO 18-19

				VIERNES 1 Patatas con carne Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4 Patatas Riojanas Burguer meat (Albóndigas) Zanahorias salteadas Fruta y leche	MARTES 5 Tallarines con tomate Merluza empanada Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	MIÉRCOLES 6 Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	JUEVES 7 Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	VIERNES 8 Crema de verduras Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11 Arroz con tomate Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	MARTES 12 Puré de puerros Escalope de cerdo Patatas panaderas Yogur o fruta	MIÉRCOLES 13 Lazos gratinados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 14 Arroz salteado con jamón Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	VIERNES 15 Sopa de cocido Cocido (sin garbanzos) Fruta y leche
LUNES 18 Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	MARTES 19 Patatas con carne Halibut en salsa verde Ensalada mixta Yogur o fruta	MIÉRCOLES 20 Coditos con tomate Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	JUEVES 21 Puré de calabaza Burguer meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	VIERNES 22 Macarrones gratinados Bacalao rebozado Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25 Puré de calabacín Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	MARTES 26 Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	MIÉRCOLES 27 Coditos con jamón Merluza Andaluza Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 28 Sopa de cocido Cocido (sin garbanzos) Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	678	43,2	48,3	33,1	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	801	37,1	93	29,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	632	24,8	85,1	23,4	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	700	33,7	91,1	20,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	754	34,8	64,7	37,5	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	780	34,8	89,6	24,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	747	32,3	95,7	24,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	512	28	58,9	16,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	752	23,2	50,8	38,4	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	648	30,2	86,4	17,8	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	807	41,3	84	27,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	670	37,8	51,6	32,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	723	34,6	99,8	24,8	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	512	28	58,9	16,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo.

Menú de Febrero alérgico al pescado

CURSO 18-19

				VIERNES 1 Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4 Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	MARTES 5 Alubias blancas con verduras Lomo adobado Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	MIÉRCOLES 6 Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	JUEVES 7 Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	VIERNES 8 Judías verdes con jamón Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11 Lentejas con verduras Filete de ternera Calabacín salteado Fruta y leche	MARTES 12 Puré de puerros Escalope de cerdo Patatas panaderas Yogur o fruta	MIÉRCOLES 13 Lazos gratinados Tortilla de patata Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 14 Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	VIERNES 15 Sopa de cocido Cocido Fruta y leche
LUNES 18 Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	MARTES 19 Patatas con carne Chuleta de Sajonia Guisantes salteados Yogur o fruta	MIÉRCOLES 20 Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	JUEVES 21 Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	VIERNES 22 Macarrones gratinados Filete de pollo Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25 Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	MARTES 26 Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	MIÉRCOLES 27 Coditos con jamón Salchichas frescas al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 28 Sopa de cocido Cocido Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,huevo,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	682	43,1	67,5	21,5	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,carne,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Viernes 8	787	21,8	73,2	36,9	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	754	34,8	64,7	37,5	Arroz,huevo,fruta
Miercoles 13	768	24,3	90,3	31,9	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Martes 19	752	23,2	50,8	38,4	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,carne,fruta o lácteo.
Viernes 22	719	40,3	83,4	22,6	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 27	765	23,9	86,2	33,9	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo.

Menú de Febrero alérgico proteína de leche

CURSO 18-19

				VIERNES 1 Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta o leche de soja
LUNES 4 Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta o leche de soja	MARTES 5 Alubias blancas con verduras Merluza empanada Ensalada de zanahoria Yogur de soja o fruta	MIÉRCOLES 6 Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta o leche de soja	JUEVES 7 Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta o leche de soja	VIERNES 8 Judías verdes con jamón Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11 Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta o leche de soja	MARTES 12 Puré de puerros Escalope de cerdo Patatas panaderas Yogur de soja o fruta	MIÉRCOLES 13 Lazos con tomate Merluza al horno Ensalada mixta Fruta o leche de soja	JUEVES 14 Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta o leche de soja	VIERNES 15 Sopa de cocido Cocido Fruta o leche de soja
LUNES 18 Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta o leche de soja	MARTES 19 Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur de soja o fruta	MIÉRCOLES 20 Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta o leche de soja	JUEVES 21 Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta o leche de soja	VIERNES 22 Macarrones con tomate Bacalao rebozado Ensalada de maíz Fruta o leche de soja
LUNES 25 Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta o leche de soja	MARTES 26 Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur de soja o fruta	MIÉRCOLES 27 Coditos con jamón Merluza Andaluza Ensalada mixta Fruta o leche de soja	JUEVES 28 Sopa de cocido Cocido Fruta o leche de soja	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta
Martes 5	834	46,3	82,9	29,9	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta
Viernes 8	787	21,8	73,2	36,9	Pasta,carne,fruta
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta
Martes 12	754	34,8	64,7	37,5	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	688	30	73,3	23,4	Verdura,carne,fruta
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta
Viernes 22	769	40,6	100	20,5	Verdura,carne,fruta
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,huevo,fruta
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta
Miercoles 27	723	34,6	99,8	24,8	Verdura,carne,fruta
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta

Menú de Febrero alérgico frutos secos

CURSO 18-19

				VIERNES 1
				Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	Alubias blancas con verduras Merluza empanada Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes con jamón Tortilla de patata Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	Puré de puerros Escalope de cerdo Patatas panaderas Yogur o fruta	Lazos gratinados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur o fruta	Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	Macarrones gratinados Bacalao rebozado Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	
Lentejas estofadas Escalopines de lomo en salsa Verduritas salteadas Fruta y leche	Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	Coditos con jamón Merluza Andaluza Ensalada mixta Fruta y leche	Sopa de cocido Cocido Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	834	46,3	82,9	29,9	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	787	21,8	73,2	36,9	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	754	34,8	64,7	37,5	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	780	34,8	89,6	24,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	807	41,3	84	27,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	787	47,1	70,6	30,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	723	34,6	99,8	24,8	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.

Menú de Febrero bajo en grasas

CURSO 18-19

				VIERNES 1 Lentejas Filete de pollo Ensalada mixta Fruta y leche
LUNES 4 Patatas Riojanas Burger meat (Albóndigas) Guisantes y zanahorias Fruta y leche	MARTES 5 Alubias blancas con verduras Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	MIÉRCOLES 6 Crema de calabacín Magro con tomate Patatas fritas Fruta y leche	JUEVES 7 Arroz salteado con jamón Muslitos de pollo al ajillo Ensalada mixta Fruta y leche	VIERNES 8 Judías verdes con jamón Tortilla francesa Ensalada de manzana Melocotón en almíbar
LUNES 11 Lentejas con verduras Bacalao al horno Calabacín salteado Fruta y leche	MARTES 12 Puré de puerros Filete de cerdo a la plancha Patatas panaderas Yogur o fruta	MIÉRCOLES 13 Lazos con tomate Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 14 Arroz tres delicias Filete de pollo Ensalada de manzana Fruta y leche	VIERNES 15 Sopa de cocido desgrasada Cocido (Terñera,pollo,garbanzos) Fruta y leche
LUNES 18 Arroz con tomate y salchichas Tortilla de jamón Ensalada de zanahoria Fruta y leche	MARTES 19 Patatas con carne Halibut en salsa verde Guisantes salteados Yogur o fruta	MIÉRCOLES 20 Alubias pintas con verduras Lomo adobado Verduritas salteadas Fruta y leche	JUEVES 21 Puré de calabaza Burger meat (Hamburguesa) Patatas a cuadros Fruta y leche	VIERNES 22 Macarrones con tomate Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 25 Lentejas estofadas Escalopines de lomo a la plancha Verduritas salteadas Fruta y leche	MARTES 26 Sopa de arroz Pollo asado Patatas a cuadros Yogur o fruta	MIÉRCOLES 27 Coditos con jamón Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	JUEVES 28 Sopa de cocido desgrasada Cocido (Terñera,pollo,garbanzos) Fruta y leche	

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130

INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Viernes 1	750	44	69,4	29,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Sabado 2					
Domingo 3					
Lunes 4	779	21,7	68,9	38,2	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 5	702	43,1	68,2	23,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 6	763	34,4	70,6	35,3	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Jueves 7	820	28,3	60,2	38,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Viernes 8	569	17,9	44,3	33,9	Pasta,carne,fruta o lácteo.
Sabado 9					
Domingo 10					
Lunes 11	682	45,3	71,6	19,6	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 12	711	32,6	59,4	36,1	Arroz,pescado,fruta
Miercoles 13	688	30	73,3	27,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 14	766	34,19	95,1	25,9	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Viernes 15	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Sabado 16					
Domingo 17					
Lunes 18	783	22	87	36,7	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Martes 19	776	35,8	64,1	40,3	Verdura,carne,fruta
Miercoles 20	611	35,4	65,8	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 21	758	24,7	77,7	36,2	Arroz,pescado,fruta o lácteo.
Viernes 22	719	40,3	83,5	22,6	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 23					
Domingo 24					
Lunes 25	691	40,5	69,3	23,7	Verdura,huevo,fruta o lácteo.
Martes 26	713	33,1	64,9	34,9	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Miercoles 27	730	33,3	88,1	24,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Jueves 28	614	34,3	72,2	18,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo.