

MES: Febrero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA

**2**  
Lentejas estofadas con verduras  
Abadejo a la bilbaína con ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta y pan

VE:3.102/742 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**3**  
Salteado de coliflor con patatas  
Magro en salsa con patatas asadas con tomate y cebolla  
Fruta y pan integral

VE:3.064/733 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**4**  
Sopa de pasta con pasta (sin huevo)  
Pollo asado al limón con dados de zanahorias y calabacín  
Fruta y pan

VE:3.294/788 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**5**  
- Alubias estofadas con calabaza eco  
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz  
Yogur y pan integral

VE:3.185/762 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**6**  
Arroz tres delicias (sin huevo)  
Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan

VE:3.051/730 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**9**  
Pasta (sin huevo) con salsa de zanahoria  
Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras  
Fruta y pan

VE:3.323/795 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**10**  
Garbanzos estofados  
Lomo a la plancha con calabacín salteado  
Fruta y pan integral

VE:3.114/745 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**11**  
Rehogado de col y patata (verduras frescas)  
Filete de caballa con pisto  
Fruta y pan

VE:3.143/752 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**12**  
Lentejas estofadas con verduras  
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur y pan integral

VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**13**  
Arroz a la napolitana  
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta y pan

VE:3.114/745 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**16**  
Pasta (sin huevo) con salsa de zanahoria  
Wok de pavo con verduritas  
Fruta y pan

VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**17**  
Garbanzos estofados con verduras  
Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz  
Fruta y pan integral

VE:3.206/767 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**18**  
Paella de verduras  
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**19**  
Alubias pintas estofadas  
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha  
Yogur y pan integral

VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**20**  
Salteado de acelgas frescas (eco.)  
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas  
Fruta y pan

VE:3.097/741 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**23**  
Sopa de fideos con pasta (sin huevo)  
Salteado de cerdo con pisto suave  
Fruta y pan

VE:3.043/728 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**24**  
Garbanzos estofados con verduras  
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras  
Fruta y pan integral

VE:3.110/744 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**25**  
Arroz integral con salsa de tomate  
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan

VE:3.156/755 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**26**  
Crema de zanahoria (eco.)  
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas  
Yogur y pan integral

VE:3.127/748 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0

**27**  
Lentejas estofadas con verduras  
Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras  
Fruta y pan

VE:3.294/788 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0