

Menú Adaptado

MES: Febrero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

ALERGICO AL PESCADO Y AL
ARROZ

2

Lentejas estofadas con verduras
Estofado de pavo 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 integral
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
Tortilla de york y queso 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

Patatas estofadas
Lomo a la plancha 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

Macarrones integrales (eco.) con
salsa de zanahoria
Estofado de pavo 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
Tortilla de patatas 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)
Lomo a la plancha
Fruta y pan

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

12

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla francesa 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

Crema parmentier con crujiente
de bacon
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

Espaguetis integrales (eco.) 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
Tortilla francesa 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

Crema de puerros con manzana
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
Hamburguesa mixta 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 (eco)
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
Estofado de pavo 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

Patatas estofadas con verduras
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín 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.)
Hamburguesa mixta 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
Tortilla francesa de pavo 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