






MENÚ CORRESPONDIENTE AL MES DE FEBRERO 2021

FEBRUARY MENU



CPB VIRGEN DE NAVALAZARZA



	LUNES/ MONDAY	MARTES/ TUESDAY	MIÉRCOLES/ WEDNESDAY	JUEVES/ THURSDAY	VIERNES/ FRIDAY
Se ma na / We ek 1/5	1º: LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (6) Lentil and chorizo casserole 2º: PESCADO VARIADO FRITO (consultar alergias) G: ENSALADA DE LECHUGA TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS Mixed fried fish served with lettuce, tomato, sweetcorn and olives salad. P: MELOCOTÓN.- Peach LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: PAELLA DE ARROZ Y MARISCO (2, 4, 12, 14) Seafood paella 2º: TORTILLA DE PATATAS (3) G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE Potato omelette Spanish style served with fresh tomato P: MANZANA.- Apple PAN INTEGRAL (1)	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE Green beans cooked with tomato sauce 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: PATATAS FRITAS DADOS Beef stew served with fried potatoes P: PLÁTANO.- Banana LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS Potato and rib casserole 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO (4) G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE Roast filet of hake served with fresh tomato P: NARANJA / ORANGE	1º: MACARRONES CON QUESO Y SALSA DE TOMATE (1, 3, 7) Macaroni with chorizo au gratin 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: ZANAHORIAS REHOGADAS Loin ribbon whit steamed carrots P: YOGUR.- Yoghurt (7) 
	Calorías / calories: 855	Calorías / calories: 763	Calorías / calories: 688	Calorías / calories: 613	Calorías / calories: 630
Se ma na / We ek 8/1 2	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN (7) Stir fried broccoli and cured ham 2º: ALBÓNDIGAS DE POLLO GUISADA (1, 3) (Tr:6,11,12) G: PATATAS FRITAS Chicken meatball stew served with French fries P: PERA.- Pear LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: ARROZ GUISADO MILANESA (6) Rice stew Milan style 2º: ATÚN EN TACOS CON SALSA DE TOMATE (4) G: PISTO Fresh tuna fish cooked with tomato sauce and served with vegetables P: PLÁTANO.- Banana LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: SOPA DE FIDEOS (1) (Tr:3) Noodle soup 2º: COCIDO COMPLETO (6) Chick pea, beef, pork and Vegetable stew P: MANZANA.- Apple LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: GUISANTES REHOGADOS Stir fried green peas 2º: FILETE DE BACALAO EN SALSA VIZCAINA G: ARROZ BLANCO Filet of cod stew served with boiled rice. P: FRESAS.- Strawberries.	1º: JUDIAS BLANCAS GUIADAS CON CHORIZO (6) White bean and chorizo casserole 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ZANAHORIAS Grilled filet of chicken served with carrot salad. P: NATILLAS.- Custard cream (7)
	Calorías / calories: 816	Calorías / calories: 819	Calorías / calories: 701	Calorías / calories: 631	Calorías / calories: 574
Se ma na / We ek 15/ 19	1º: LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (6) Lentil and chorizo casserole 2º: TORTILLA DE PATATAS (3) G: ENSALADA DE ESCAROLA Y TOMATE Potato omelette Spanish style served with curly endive and tomato salad. P: PLÁTANO.- Banana LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: COLIFLOR CON SALSA BECHAMEL (1, 3, 7) Cauliflower with béchamel sauce. 2º: FILETE DE MERLUZA G: PURÉ DE PATATAS (Tr:7) Hake fillet cutlet served with mashed potatoes. P: NARANJA / ORANGE	1º: JUDIAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS Bean and vegetable casserole 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO (4) G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIAS Roast filet of salmon served with lettuce and carrots P: MANZANA.- Apple	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES (14) Squid and potato casserole 2º: POLLO ASADO G: GUISANTES REHOGADOS Roast chicken served with stir fried green peas. P: MELOCOTÓN.- Peach	DÍA NO LECTIVO NON SCHOOL DAY 
	Calorías / calories: 913	Calorías / calories: 403	Calorías / calories: 555	Calorías / calories: 531	
Se ma na / We ek 22/ 26	DÍA NO LECTIVO NON SCHOOL DAY 	1º: GUISANTES CON JAMÓN (7) Green peas and cured ham 2º: Hamburguesa de ternera G: PURÉ DE MANZANA Burger served with mashed apple P: PERA.- Pear LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: SOPA DE FIDEOS (1) (Tr:3) Noodle soup 2º: COCIDO COMPLETO (6) Chick pea, beef, pork and vegetable stew P: MANZANA.- Apple LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: CREMA DE CALABACÍN (7) 2º: CAZÓN ADOBADO Y FRITO (1, 3, 4) G: ESPIRALES DE PASTA SALTEADAS (1) (Tr:3) P: MANZANA LECHE SOLA.- Milk (7)	1º: MACARRONES CON CHORIZO GRATINADOS CON QUESO (1, 3, 7) Macaroni with chorizo au gratin 2º: HUEVOS COCIDOS (3, 4) G: ZANAHORIAS REHOGADAS Hard boiled eggs served with stir fried carrots. P: GELATINA/ JELLY
		Calorías / calories: 728	Calorías / calories: 701	Calorías / calories: 640	Calorías / calories: 644

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5- Cacahuetes 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr- Trazas

- Todos los menús se sirven con pan blanco o integral y agua / Water and bread are included in the meal.
- El tipo de fruta ofertado puede sufrir modificaciones en función de su estado de maduración y disponibilidad/ Fruit might change according to ripeness and availability.
- El menú mensual está supervisado por la dirección del centro / Our daily meals are supervised by the board of director.

Recomendaciones para la cena/suggestions for dinner:

Semana/week 3-7 febrero/february 2020

Día 3: ensalada y ternera. / salad and beef.
 Día 4: verdura y cerdo. / vegetables and pork.
 Día 5: sopa y pescado. / soup and fish.
 Día 6: ensalada y pavo. / salad and turkey.
 Día 7: verdura y huevo. / vegetables and egg.

Semana/week 10-14 febrero/february 2020

Día 10: pasta y huevo / pasta and egg.
 Día 11: verdura y pollo. / vegetables and chicken.
 Día 12: verdura y pescado. / vegetables and fish.
 Día 13: ensalada y conejo. / salad and rabbit.
 Día 14: verdura y ternera / vegetables and beef.

Semana/week 17-21 febrero/february 2020

Día 17: verdura y ternera. / vegetables and beef.
 Día 18: arroz y conejo. / rice and rabbit.
 Día 19: verdura y cordero. / vegetables and lamb.
 Día 20: verdura y cerdo. / vegetables and pork.
 Día 21: ensalada y pescado. / salad and fish.

Semana/week 24-28 febrero/february 2019

Día 24: verdura y conejo. / vegetables and rabbit.
 Día 25: ensalada y cerdo. / salad and pork.
 Día 26: verdura y pollo. / vegetables and chicken.
 Día 27: no lectivo / no school today.

