

# MENÚS ALTERNATIVOS

FEBRERO 2024



— COLEGIO PÚBLICO BILINGÜE —  
**Virgen de Navalazarza**





## C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS FEBRERO 2024

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES										
MARTES										
MIÉRCOLES										
JUEVES	1	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR DESNATADO	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR DE SOJA	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR DESNATADO	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p: YOGUR
VIERNES	2	1º: PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO 2º: TORTILLA DE PATATAS g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO 2º: TORTILLA FRANCESA g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO 2º: CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: ARROZ BLANCO CON TOMATE 2º: TORTILLA DE PATATAS g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO 2º: TORTILLA DE PATATAS g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO 2º: TORTILLA DE PATATAS g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: PAELLA DE verduras 2º: TORTILLA FRANCESA P MANZANA	1º: PAELLA DE VERDURAS 2º: TORTILLA DE PATATAS g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL	1º: ARROZ BLANCO CON TOMATE 2º: CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA g : ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE p : PIÑA NATURAL



## C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS FEBRERO 2024

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	5	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE CERDO AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR DE SOJA	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR DESNATADO	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR	1º: PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º: FILETE DE CERDO AL HORNO g : CHAMPIÑONES REHOGADOS p : YOGUR
MARTES	6	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS CARNE Y VERDURA) P NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) SIN CERDO P NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS SIN GLUTEN 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P NARANJA Y LECHE DE SOJA	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P MANZANA	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO ( GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) SIN CERDO P NARANJA Y LECHE	1º SOPA DE VERDURA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P NARANJA Y LECHE
MIÉRCOLES	7	1º: MACARRONES CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: MACARRONES CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: PASTA SIN GLUTEN CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: MACARRONES CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: MACARRONES CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: PASTA SIN GLUTEN CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: MACARRONES REHOGADOS 2º: CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO g : PATATAS COCIDA p : MANZANA	1º: MACARRONES CON SALSA DE TOMATE 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE	1º: PASTA SIN GLUTEN CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO g : PATATAS FRITAS p : MANZANA Y LECHE
JUEVES	8	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: PESCADO VARIADO FRITO g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: SALCHICHAS DE PAVO AL HORNO g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: VENTRESCA DE BACALAO A LA PLANCHA g : ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA p : PLÁTANO



## C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS FEBRERO 2024

VIERNES	9	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: PURE DE CALABACIN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA	1º: JUDIAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA g : PURE DE MANZANA p : PERA

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	1 2	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: MERLUZA A LA PLANCHA p : MANZANA	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA g : VERDURAS VARIADAS ASADAS p : MANZANA Y LECHE
MARTES	1 3	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: PURE DE VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: PURE DE VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADILLA DE REMOLACHA P: MANDARINA
MIÉRCOLES	1 4	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: YOGUR DESNATADO	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: YOGUR DESNATADO	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: PATATAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS
JUEVES	1 5	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: PASTA REHOGADA 2º: HUEVOS REVUELTOS P: PERA	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE	1º: PASTA REHOGADA 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: PERA Y LECHE

[illegible]

