



MENÚ ESCOLAR MES DE FEBRERO 2024



SEMANA
DEL
1 AL 2

LUNES

PRODUCTOS ECOLÓGICOS



MARTES

PRODUCTOS INTEGRALES



MÉRCOLES

PRODUCTOS DE TEMPORADA



JUEVES

VIERNES

SEMANA
DEL
5 AL 9

1º PASTELITOS CUSCADOS CON COSTILLAS DE CERDO
2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO
O CHAMPIONES REBOCADOS
P. YOGUR

1º SOPA DE CORDÓN CON CERDOS
2º CORDO COMPLETO
P. JUSCULA Y LECHE
PAN DE CEREALES

1º MACHORRONES CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE
2º COSTA DE CORDÓN AL HORNO
O PASTELITOS FREÍDOS
P. MANZANA Y LECHE

1º BOQUILLO REBOCADO CON JAMÓN
2º PECADO VEGANO FREÍDO
O ENSALADA DE LEYDUA, TOMATE, ZANAHORIA Y AJO
P. PLÁTANO

1º JARROS BLANCOS CON JAMÓN
2º COSTA DE CORDÓN A LA GRANELA
O PABO DE MANZANA
P. SOJA
PAN INTEGRAL

SEMANA
DEL
12 AL 16

1º BOQUILLO BLANCO CON SALSA DE TOMATE
2º ATÚN EN TACOS A LA PLUMONA
O VERDURAS REBOCADAS ASADAS
P. MANZANA Y LECHE
PAN INTEGRAL

1º LENTILOS CUSCADOS CON VERDURAS
2º TORTILLA FRANCESA
O ENSALADA DE BACALADA
P. MANZANA

1º CREMA DE CALABAZÓN
2º LOMOS DE BACALADO AL HORNO
O PASTELITOS CUSCADOS
P. CEPATAS DE FRIEDAS
PAN DE CEREALES

1º CUSCANTES CON JAMÓN SECCO
2º JERVISAS A LA CROQUETA
O ENSALADA DE LEYDUA Y AJO
P. SOJA Y LECHE

1º JARROS VERDES REBOCADOS
2º BOQUILLO
O PASTELITOS FREÍDOS
P. BOQUILLO DE JARDÍN Y LECHE SOLA

SEMANA
DEL
19 AL 21

1º PASTELITOS CUSCADOS CON COQUILLO
2º CARÓN ASADO
O ENSALADA DE ZANAHORIA Y AJO
P. MANZANA

1º CONCRETOS CON JAMÓN Y BACON
2º MARROQUINES DE SOJA
O ENSALADA DE LEYDUA
P. MANZANA Y LECHE
PAN INTEGRAL

1º JARROS PINTOS CUSCADOS CON CORDÓN
2º FILETE DE SALMÓN AL HORNO
O ENSALADA DE BROTAS DE TOMATE
P. SOJA

CARNIVAL



SEMANA
DEL
26 AL 29

1º COROS DE PASTA CON JAMÓN COCIDO
ASADO
2º BACON DE CORDÓN USADO
O VERDURAS REBOCADAS ASADAS
P. PAN NATURAL Y LECHE

1º CREMA DE CALABAZÓN
2º ALMORZAS DE TORTILLA CUSCADA
O BOQUILLO INTEGRAL
P. PLÁTANO
PAN DE CEREALES

1º SOPA DE VERDURA
2º CONCRETOS DE AJO
O ENSALADA DE LEYDUA Y AJO
P. MANZANA Y LECHE

1º CARAMELOS CUSCADOS
2º MERLUZA AL HORNO
O CALABAZÓN AL HORNO
P. SOJA
PAN INTEGRAL



PRODUCTOS ECOLÓGICOS



PRODUCTOS INTEGRALES



PRODUCTOS DE TEMPORADA



COLEGIO PÚBLICO BILINGÜE

Virgen de Navalazarza



RECOMENDACIONES DE CENAS



QUÉ CENAR SI HEMOS COMIDO..

COMIDA

CEREALES
PASTA
TUBÉRCULOS



VERDURAS COCIDAS
ENSALADA

VERDURAS COCIDAS
ENSALADA



CEREALES
PASTA
FÉCULAS

POLLO
TERNERA
CERDO



PESCADO
HUEVO

PESCADO



CARNE MAGRA
HUEVO

PESCADO
HUEVO



POLLO
TERNERA
CERDO

LÁCTEO



FRUTA

CENA

INFO NUTRICIONAL

MENÚS DIETAS ESPECIALES

CONSUMO MENSUAL