

# C. MARÍA AUXILIADORA

Febrero - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 970 Kcal. P.: 13 HC.: 35 L.: 51 G.: 13

LECHUGA, TOMATE, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA  
MACARRONES A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)  
TORTILLA DE PATATAS  
QUESITO  
LÁCTEO

8 836 Kcal. P.: 17 HC.: 36 L.: 43 G.: 8

ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE  
LENTEJAS CON VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA ESPAÑOLA CON PAVO  
LÁCTEO

15 728 Kcal. P.: 21 HC.: 35 L.: 40 G.: 12

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS  
LENTEJAS CASTELLANAS  
TORTILLA CON LONCHA DE QUESO  
LÁCTEO

22 791 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 38 G.: 8

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS  
MACARRONES CON ATÚN  
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN SERRANO  
LÁCTEO

2 715 Kcal. P.: 19 HC.: 34 L.: 41 G.: 11

TOMATE NATURAL  
LECHUGA Y PEPINO  
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
CABEZA DE LOMO EN SALSA  
FRUTA

9 791 Kcal. P.: 14 HC.: 33 L.: 51 G.: 11

LECHUGA Y PEPINO  
TOMATE NATURAL  
SOPA DE AVE CON PASTA  
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

16 678 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 32 G.: 5

LECHUGA Y PEPINO  
TOMATE NATURAL  
ESPIRALES TRICOLOR CON SOFRITO DE TOMATE NATURAL Y ORÉGANO  
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS  
FRUTA

23 667 Kcal. P.: 25 HC.: 39 L.: 31 G.: 4

LECHUGA, TOMATE, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA  
OLLETA ALICANTINA CON ALUBIAS Y ARROZ  
PALOMETA AL HORNO  
GUISANTES  
FRUTA

3 802 Kcal. P.: 13 HC.: 43 L.: 42 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
ARROZ A LA CUBANA CON MEDIO HUEVO DURO  
SALCHICHAS FRANKFURT A LA PLANCHA  
PISTO  
FRUTA

10 836 Kcal. P.: 22 HC.: 39 L.: 37 G.: 10

LECHUGA, TOMATE, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA  
CODITOS CON SALSA DE CALABAZA Y PARMESANO  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
FRUTA

17 680 Kcal. P.: 18 HC.: 50 L.: 27 G.: 4

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS  
GARBANZOS ESTOFADOS  
ALBÓNDIGAS DE POLLO CON GUISANTES, ZANAHORIAS Y PATATAS  
FRUTA

24 763 Kcal. P.: 22 HC.: 33 L.: 43 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PISTO  
FRUTA

4 706 Kcal. P.: 22 HC.: 45 L.: 30 G.: 5

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS  
FIDEUA CON POLLO  
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE  
FRUTA

11 483 Kcal. P.: 22 HC.: 41 L.: 33 G.: 5

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN  
CREMA DE PUERROS  
BACALAO AL HORNO CON TOMATE  
FRUTA

18 760 Kcal. P.: 14 HC.: 50 L.: 35 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
ARROZ ABANDA  
FIGURITAS DE PESCADO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

25 564 Kcal. P.: 12 HC.: 50 L.: 34 G.: 8

LECHUGA, TOMATE, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA  
CREMA DE CALABAZA  
CANELONES RELLENOS DE ATUN EN SALSA  
FRUTA

5 801 Kcal. P.: 10 HC.: 34 L.: 53 G.: 8

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
CREMA DE CALABACÍN  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

12 1.083 Kcal. P.: 7 HC.: 44 L.: 47 G.: 7

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
ARROZ AL HORNO  
EMPANADO DE PAVO Y QUESO  
PATATAS FRITAS  
GELATINA

19 607 Kcal. P.: 21 HC.: 36 L.: 41 G.: 8

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN  
CREMA DE CALABAZA  
RAGOUT DE CERDO ESTOFADO  
FRUTA

26 895 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 46 G.: 8

LECHUGA Y PEPINO  
TOMATE NATURAL  
ARROZ A LA CUBANA CON MEDIO HUEVO DURO  
SALCHICHAS DE POLLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 758 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 41 G.: 8. Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA.



¡Te damos la bienvenida  
a nuestro comedor  
escolar seguro!

Comienza  
con un buen  
**DESAYUNO**



Pan, cereales o  
derivados



Leche o  
derivados



Fruta fresca  
y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



**1** Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

**2**

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



**3**

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas

[Empty dashed box for notes]

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020  
En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

