

C. MARÍA AUXILIADORA

Febrero - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 730 Kcal. P.: 18 HC.: 34 L.: 43 G.: 13

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE CALABACÍN
QUESITO
FRUTA

2 637 Kcal. P.: 21 HC.: 43 L.: 31 G.: 6

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
GARBANZOS CON ESPINACAS
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE
VERDURAS
LÁCTEO

3 684 Kcal. P.: 23 HC.: 30 L.: 44 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
CREMA DE PUERROS
POLLO GUISADO CON VERDURAS
FRUTA

4 770 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 38 G.: 15

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN
ENTREMESES (JAMÓN YORK, CHORIZO
Y QUESO)
PAELLA DE PESCADO
FRUTA

7 930 Kcal. P.: 19 HC.: 30 L.: 47 G.: 14

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
QUESO
FRUTA

8 816 Kcal. P.: 12 HC.: 29 L.: 56 G.: 12

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
GUISADO DE ALBÓNDIGAS
SAN JACOBO DE PAVO
FRUTA

9 580 Kcal. P.: 20 HC.: 50 L.: 27 G.: 8

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
LÁCTEO

10 708 Kcal. P.: 19 HC.: 47 L.: 31 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
RALLADO
ABADEJO AL HORNO
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

11 730 Kcal. P.: 21 HC.: 28 L.: 48 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
HERVIDO VALENCIANO CON JUDÍA,
PATATA Y ZANAHORIA
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
MANZANA
FRUTA

14 545 Kcal. P.: 22 HC.: 44 L.: 30 G.: 5

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
CREMA DE ALUBIAS PINTAS
ABADEJO CON AJITOS Y CEBOLLA EN
SALSA DE TOMATE
GELATINA DE FRESA

15 818 Kcal. P.: 27 HC.: 27 L.: 44 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
GUISADO DE MAGRO
JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO
FRUTA

16 766 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 41 G.: 8

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
POTAJE DE GARBANZOS
TORTILLA DE PATATAS
LÁCTEO

17 706 Kcal. P.: 21 HC.: 36 L.: 38 G.: 10

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA RALLADA
OLLETA ALICANTINA CON ALUBIAS Y
ARROZ
HAMBURGUESA DE TERNERA CON
CEBOLLA CARAMELIZADA
FRUTA

18 767 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 38 G.: 15

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
ENTREMESES (JAMÓN YORK, CHORIZO
Y QUESO)
PAELLA DE PESCADO
FRUTA

21 543 Kcal. P.: 16 HC.: 36 L.: 45 G.: 13

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE
SOJA
CREMA DE CALABAZA
CABEZA DE LOMO EN SALSA
FRUTA

22 535 Kcal. P.: 19 HC.: 52 L.: 25 G.: 6

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
FRUTA

23 680 Kcal. P.: 17 HC.: 44 L.: 37 G.: 8

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
MACARRONES A LA BOLONESA (CON
TOMATE Y CARNE PICADA)
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
LÁCTEO

24 722 Kcal. P.: 18 HC.: 38 L.: 40 G.: 11

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
LENTEJAS CON VERDURAS
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
FRUTA

25 784 Kcal. P.: 17 HC.: 49 L.: 33 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
ROLLITO DE JAMÓN Y QUESO
PAELLA VALENCIANA
FRUTA

28 660 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 34 G.: 6

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA
SALSA DE TOMATE
FRUTA



¡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:

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.

