

MENÚ ESCOLAR FEBRERO 2026

- 2 días a la semana se sirve pan integral.
- Se ofrece variedad de frutas de temporada y cercanía (mandarina, plátano, manzana, naranja, melón, sandía, uvas, kiwi, ciruelas etc.)
- No se especifica el tipo de pescado por depender de la situación del mercado y temporada. Sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, sarda y bonito.
- Para cocinar y aliñar los platos se utiliza sal yodada y aceite de oliva virgen extra.
- Todos los días se ofrece fruta como alternativa en el aperitivo/merienda
- Todos los segundos platos se elaboran al horno a excepción de las patatas fritas
- No se utiliza azúcar en la elaboración del tomate.
- La pasta y el arroz son integrales, excepto la sopa.
- La legumbre y los purés se realizan con verduras frescas.
- Las lentejas son ecológicas.
- Se sustituirán aquellos platos que contengan alérgenos a los alumnos con alguna alergia/intolerancia. Información disponible para aquellas familias que lo soliciten.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Ensalada de pasta 1-3-4 Filete con pimientos 1 Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Tortilla paisana	3 Alubias blancas con verdura Morcilla con patatas Fruta <i>A/M: Bocadillo de queso 1-7</i> Sugerencia cena: Pescado	4 Puré de verdura 12 Albóndigas estofadas 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Huevos revueltos	5 Garbanzos con arroz y verdura San Jacobo 1-7 Fruta <i>A/M: Bocadillo de jamón 1</i> Sug. cena: Filete plancha con ensalada	6 Patatas a la Riojana 12 Pescado al horno con ensalada 1-4 Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Pollo con verdura
9 Arroz con tomate Filete lomo con pimientos 1 Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Tortilla de bonito	10 Judías estofadas 12 Lomo asado con salsa Fruta <i>A/M: Bocadillo de pavo 1</i> Sugerencia cena: Pescado con patata	11 Garbanzos con verdura Salchichas 12 Yogurt 7 <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Pechuga con aguacate	12 Spaguetti carbonara 1-3-7 Pescado al horno con ensalada 1-4 Fruta <i>A/M: Bocadillo queso 1-7</i> Sug. cena: Filete de ternera con verdura	13 Lentejas con verdura 1 Rabas 1-3-4-7 Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Hamburguesa
16 NO LECTIVO	17 NO LECTIVO	18 NO LECTIVO	19 NO LECTIVO	20 NO LECTIVO
23 Arroz 3 delicias 3-4 Alitas Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Filete con escalivada	24 Alubias rojas con verdura Tortilla de patata 3-12 Fruta <i>A/M: Bocadillo de jamón York 1</i> Sug. cena: Pescado con patata panadera	25 Puré de verdura 12 Pollo en salsa Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Tortilla de queso	26 Lentejas con verdura Pescado al horno con ensalada 1-4 Fruta <i>A/M: Bocadillo de queso 1-7</i> Sugerencia cena: Filete con champiñones	27 Patatas con costilla 12 San Jacobo 1-7 Fruta <i>A/M: Fruta</i> Sugerencia cena: Pescado con verdura

Alérgenos que pueden contener los alimentos:



SANDRA CORRAL GONZÁLEZ
DIETISTA - NUTRICIONISTA

