



## MENÚ COMEDOR ESCOLAR. CURSO 2020-2021. MES DE FEBRERO

1ª SEMANA	LUNES 1/02	MARTES 2/02	MIÉRCOLES 3/02	JUEVES 4/02
<b>DESAYUNO</b>	Bocadillo: Atún ( <b>pescado</b> , aceite vegetal, <b>gluten</b> )	Bocadillo: Bacon (carne de cerdo, aceite de oliva, <b>gluten</b> , <b>sulfitos</b> )	Bocadillo: Jamón serrano (carne de cerdo, aceite de oliva, <b>sulfitos</b> , <b>gluten</b> )	Bocadillo: Salchichas (kétchup, <b>apio</b> , carne, aceite de oliva, <b>gluten</b> , <b>sulfitos</b> )
<b>ALMUERZO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Guisantes con jamón y huevo (Guisantes, aceite de oliva, ajo, jamón, <b>sulfitos</b>, <b>huevo</b>)</li> <li>2º Plato: Hamburguesa a la plancha acompañada de queso, tomate natural y lechuga (Carne, aceite de oliva, <b>lactosa</b>, <b>sulfitos</b>, tomate y lechuga)</li> <li>Postre: Plátano</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Arroz con carne y verduras (Arroz, aceite de oliva, ajo, cebolla, tomate, carne de pollo, carne de cerdo, judías, guisantes, pimiento rojo, pimiento verde, colorante alimenticio, <b>gluten</b>, <b>sulfitos</b>)</li> <li>2º Plato: Merluza al horno con ensalada (<b>Pescado</b>, ajo, aceite de oliva, lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, aceite de oliva, vinagre, <b>sulfitos</b>)</li> <li>Postre: Yogur azucarado de diversos sabores (<b>lactosa</b>, <b>frutos con cáscara</b>)</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Judías blancas estofadas con verduras y chorizo (Legumbres, tomate, cebolla, ajo, aceite de oliva, zanahoria, pimiento rojo, carne de cerdo, <b>sulfitos</b>)</li> <li>2º Plato: Anillas de calamar rebozadas y fritas con ensalada (<b>Pescado</b>, harina, lechuga, tomate, aceitunas, aceite de oliva, vinagre, <b>sulfitos</b>, <b>huevo</b>, <b>apio</b>, <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Pera</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Hervido de patatas y judías verdes (Espinacas, ajo, aceite de oliva, queso, tacos de jamón curado, <b>lactosa</b>, <b>sulfitos</b>)</li> <li>2º Plato: Muslos de pollos asados con patatas fritas (Pollo, ajo, aceite de oliva, tomillo, pimentón, cebolla, patatas, <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Flan de huevo con caramelo (<b>Lactosa</b>, <b>huevo</b>, <b>frutos con cáscara</b>)</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>
<b>MERIENDA</b>	Manzana	Clementina	Zumo edulcorado de frutas	Clementina





2ª SEMANA	LUNES 8/02	MARTES 9/02	MIÉRCOLES 10/02	JUEVES 11/02
<b>DESAYUNO</b>	Bocadillo: Tortilla francesa (huevo, aceite de oliva, <b>gluten</b> )	Bocadillo: Atún ( <b>pescado</b> , aceite vegetal, <b>gluten</b> )	Bocadillo: Lomo a la plancha (carne de cerdo, aceite de oliva, <b>sulfitos</b> , <b>gluten</b> )	Bocadillo: Queso/York (embutido de cerdo, <b>sulfitos</b> , aceite de oliva, <b>lactosa</b> , <b>gluten</b> )
<b>ALMUERZO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Estofado de ternera con patatas y verduras (Carne de ternera, cebolla, tomate, ajo, judías, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, patatas <b>gluten</b>)</li> <li>2º Plato: Pescadillas fritas con menestra de verduras hervidas (<b>Pescado</b>, harina, <b>gluten</b>, aceite de oliva, zanahoria, coliflor, guisantes)</li> <li>Postre: Plátano</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Sopa de fideos hervida en caldo de cocido (Pasta, <b>gluten</b>, <b>sulfitos</b>, pollo, jamón, ternera, zanahoria, judías verdes, patata)</li> <li>2º Plato: Garbanzos cocidos con verduras y carne (Legumbre, <b>gluten</b>, <b>sulfitos</b>, pollo, jamón, ternera, zanahoria, judías verdes, patata)</li> <li>Postre: Gelatina</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Espaguetis con carne picada y tomate frito. (Pasta, <b>gluten</b>, cebolla, ajo, laurel, aceite de oliva, carne de cerdo, tomate, <b>soja</b>, <b>apio</b>)</li> <li>2º Plato: Salmón a la plancha acompañado de patatas fritas (<b>Pescado</b>, aceite de oliva, ajo, perejil, patata, <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Pera</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Tortilla de patatas (<b>Huevo</b>, aceite de oliva, patatas, cebolla)</li> <li>2º Plato: Costillas fritas adobadas y acompañado con patatas fritas (Carne de cerdo, vinagre, pimentón, tomillo, orégano, aceite de oliva, <b>sulfitos</b>, <b>trazas de apio</b>)</li> <li>Postre: Yogur azucarado de diversos sabores (<b>lactosa</b>, <b>frutos con cáscara</b>)</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>
<b>MERIENDA</b>	Yogurt azucarado bebible en diversos sabores ( <b>lactosa</b> , <b>frutos con cáscara</b> )	Clementina	Zumo de frutas edulcorado	Manzana



3ª SEMANA	LUNES 15/02	MARTES 16/02	MIÉRCOLES 17/02	JUEVES 18/02
DESAYUNO			Bocadillo: Bacon (carne de cerdo, aceite de oliva, <b>gluten, sulfitos</b> )	Bocadillo: Tortilla francesa ( <b>huevo</b> , aceite de oliva, <b>gluten</b> )
ALMUERZO	JORNADA NO LECTIVA PUENTE DE CARNAVAL	JORNADA NO LECTIVA PUENTE DE CARNAVAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Judías verdes hervidas y salteadas con ajo y jamón. (Legumbres, aceite de oliva, ajo, jamón, <b>sulfitos</b>)</li> <li>2º Plato: Salchichas de cerdo cocidas y a la plancha acompañadas de patatas fritas (Carne de cerdo, <b>sulfitos</b>, aceite de oliva, patatas, <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Pera</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º plato: Macarrones con tomate frito, carne picada y queso (Pasta, <b>gluten</b>, aceite de oliva, ajo, cebolla, laurel, tomate, <b>apio</b>, carne de cerdo, <b>sulfitos, lactosa</b>)</li> <li>2º Plato: Marrajo a la plancha con menestra de verduras hervidas (<b>Pescado</b>, aceite de oliva, zanahoria, coliflor, guisantes)</li> <li>Postre: Natillas de vainilla con galleta (<b>Lactosa, trazas de cacahuets y otros frutos secos, gluten</b>)</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>
MERIENDA			Zumo de frutas edulcorado	Manzana



4ª SEMANA	LUNES 22/02	MARTES 23/02	MIÉRCOLES 24/02	JUEVES 25/02
<b>DESAYUNO</b>	Bocadillo: Jamón serrano (carne de cerdo curada, aceite de oliva, <b>sulfitos, gluten</b> )	Bocadillo: Lomo a la plancha (carne de cerdo, aceite de oliva, <b>sulfitos, gluten</b> )	Bocadillo: Nocilla ( <b>lactosa, avellanas y otros frutos con cáscara, gluten, soja</b> )	Bocadillo: Atún ( <b>pescado, aceite vegetal, gluten</b> )
<b>ALMUERZO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Fideuá con sepia y calamares (Pasta, <b>gluten</b>, aceite de oliva, cebolla, ajo, tomate, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, judías verdes, <b>pescado, crustáceos</b>)</li> <li>2º Plato: Chuletas de cerdo a la plancha acompañadas con ensalada (Carne de cerdo, ajo, aceite de oliva, lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, aceite de oliva, vinagre, <b>sulfitos</b>)</li> <li>Postre: Pera</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Lentejas estofadas con verdura y carne (lentejas, patata, tomate, cebolla, pimiento rojo, zanahoria, chorizo, aceite de oliva, <b>sulfitos, gluten</b>)</li> <li>2º Plato: Bacalao a la plancha con pisto de verduras (<b>Pescado</b>, ajo, aceite de oliva, tomate, zanahoria, cebolla, berenjena, calabacín, patata <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Clementinas</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Espaguetis Carbonara (Pasta, cebolla, ajo, laurel, aceite de oliva, <b>huevo</b>, nata, bacon, <b>lactosa, gluten, sulfitos, soja, apio</b>)</li> <li>2º Plato: Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas (Carne de pollo, aceite de oliva, ajo, patata, <b>gluten</b>)</li> <li>Postre: Manzana</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Plato: Sopa de fideos hervida en caldo de cocido (Pasta, <b>gluten, sulfitos</b>, pollo, jamón, ternera, zanahoria, judías verdes, patata)</li> <li>2º Plato: Varitas de merluza con ensalada de lechuga (<b>Pescado</b>, harina, <b>gluten, apio</b>, lechuga, aceite de oliva, vinagre, <b>sulfitos</b>)</li> <li>Postre: Yogurt diversos sabores (<b>lactosa, frutos con cáscara</b>)</li> <li>Acompañamiento de: pan (<b>gluten</b>) y agua</li> </ul>
<b>MERIENDA</b>	Zumo de frutas edulcorado	Yogurt azucarado bebible en diversos sabores ( <b>lactosa, frutos con cáscara</b> )	Plátano	Pera