

FEBRERO 2019

MENÚ NO COLESTEROL AUTÓNOMA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>1 Lechuga, tomate, lombarda, huevo</p> <p>MACARRONES INTEGRALES napolitana</p> <p>(con tomate y hortalizas)(sin queso)</p> <p>Merluza en salsa mery con menestra de verduras</p> <p>(al horno con ajo y perejil)</p> <p>Fruta</p>
<p>4 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Pechuga de pollo en salsa de cebolla</p> <p>(al horno)</p> <p>Fruta</p>	<p>5 Lechuga, tomate, maíz, atún</p> <p>Garbanzos con verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>6 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Espaguetis con tomate y CHAMPIÑÓN ECO</p> <p>Caella al caldo corto</p> <p>Fruta</p>	<p>7 Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda</p> <p>Alubias de la huerta</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Lomo asado con ZANAHORIA ECO</p> <p>Fruta</p>	<p>8</p> <p>Ensalada variada</p> <p>(lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y huevo duro)(sin olivas ni queso)</p> <p>Arroz con pollo</p> <p>Fruta y yogur desnatado</p>
<p>11 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Merluza al limón</p> <p>Fruta</p>	<p>12 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Crema mediterránea</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Muslo de pollo al horno con JUDÍAS VERDES ECO</p> <p>Fruta</p>	<p>13 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Espirales italiana</p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p>Abadejo al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>14 Lechuga, tomate, zanahoria, MAÍZ ECO</p> <p>Arroz caldoso con pescado</p> <p>(con merluza, calamar, gamba y mejillón)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>15 Lechuga, tomate, lombarda, huevo</p> <p>Garbanzos a la jardinera</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Pizza de atún</p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>
<p>18 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Lomo con pisto asado</p> <p>(al horno con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p>	<p>19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Pechuga de pollo al limón</p> <p>Fruta</p>	<p>20</p> <p>Ensalada completa</p> <p>(lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y huevo duro)(sin olivas)</p> <p>MACARRONES ECO salteados con hortalizas</p> <p>Fruta y yogur desnatado</p>	<p>21 Lechuga, hoja de roble, tomate, MAÍZ ECO</p> <p>Garbanzos campesinos</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>22 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Fruta</p>
<p>25 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Crema de verduras naturales</p> <p>Lomo a las hierbas provenzales con GUI SANTES ECO</p> <p>(al horno)</p> <p>Fruta</p>	<p>26 Lechuga, tomate, zanahoria, huevo</p> <p>Fideos a la cazuela con pavo</p> <p>Merluza SOSTENIBLE al caldo corto</p> <p>Fruta</p>	<p>27 Lechuga, tomate, maíz</p> <p>Arroz con pisto asado</p> <p>(con tomate y hortalizas)</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Yogur desnatado</p>	<p>28 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Lentejas con ESPINACAS ECO</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	

Consulte los festivos con el calendario escolar de su centro correspondiente

