




















































# Menú SIN LEGUMBRES Febrero 2018 \* ESTE MES RECORDAMOS EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA \*

<p>POURRUSALDA (Patata <i>ecológica</i>, puerro, cebolla) sin guisantes TERNERA EN SALSA CON ZANAHORIAS PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 641KCAL HC.: 84.1G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>SOPA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON ENSALDA IV ESTACIONES </p> <p>PAN FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 663 KCAL HC.: 87.3G PROT.: 26.4G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>ARROZ CALDOSO CON POLLO (guiso de arroz, pollo, hortalizas) HUEVO COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ Y ACEITUNAS </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA  </p> <p>ENERGÍA: 649 KCAL HC.: 90.5G PROT.: 24.6G LÍPIDOS: 23.9G</p> <p style="text-align: right;">7</p>	<p>CAZUELA DE FIDEOS (guiso de fideos, patatas, merluza) <i>pasta ecológica</i> ATUN EMPANADO CON PISTO DE VERDURAS (patatas, tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento)   (trazas    )</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 688 KCAL HC.: 97.3G PROT.: 24.6G LÍPIDOS: 23.7G</p> <p style="text-align: right;">8</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata <i>ecológica</i> y hortalizas) TORTILLA FRANCESA/ENSALADA IV ESTACIONES. </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 655 KCAL HC.: 83G PROT.: 23.6G LÍPIDOS: 25.9G</p> <p style="text-align: right;">9</p>
<p>MACARRONES CON TOMATE  Trazas </p> <p>MERLUZA EMPANADA CON BROCOLI COCIDO </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 669KCAL HC.: 83.1G PROT.: 26.7G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>SOPA DE FIDEOS </p> <p>TORTILLA DE PATATAS/ MENESTRA DE VERDURAS(Judías verdes, zanahoria, )</p> <p>PAN INTEGRAL. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 696 KCAL HC.: 87G PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.2G</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>ESTOFADO DE CARNE QUESO CON ENSALADA IV ESTACIONES, PEPINO </p> <p>PAN. YOGUR. AGUA  </p> <p>ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.2G PROT.: 24.9G LÍPIDOS: 24G</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>CREMA DE PATATA Y ZANAHORIA (patatas <i>ecológicas</i>, puerro, zanahoria) CAZON AL HORNO CON PISTO (tomate, patata <i>ecológica</i>, berenjena, calabacín, pimiento, cebolla) </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 628 KCAL HC.: 81.2G PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 23. G</p> <p style="text-align: right;">15</p>	<p>SOPA DE ARROZ </p> <p>JAMONCITOS DE POLLO CON ENSALADA IV ESTACIONES</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA  </p> <p>ENERGÍA: 627 KCAL HC.: 83.7G PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 23.6G</p> <p style="text-align: right;">16</p>
<p>PAELLA DE VERDURAS (arroz, judías verdes, zanahorias, cebolla, pimiento) MERLUZA AL HORNO/JUDIAS VERDES</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 707 KCAL. HC.: 98G PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>SOPA DE FIDEOS LOMO ASADO CON ARROZ PILAF</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 633 KCAL HC.: 83.8G PROT.: 22.3G LÍPIDOS: 23.5G</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>MACARRONES CON TOMATE </p> <p>HUEVO COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ. </p> <p>AGUA.PAN INTEGRAL. FRUTA </p> <p>ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.4G PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">21</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (calabacín, patata, judía verde, espinacas, tomate, puerro) RAGOUT DE PAVO CON PATATAS COCIDAS</p> <p>PAN. YOGUR. AGUA  </p> <p>ENERGÍA: 618 KCAL HC.: 81.7G PROT.: 25.7G LÍPIDOS: 22.7G</p> <p style="text-align: right;">22</p>	<p>ESTOFADO DE PATATAS AGUJA EN SALSA DE TOMATE CON PATATAS COCIDAS </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 85G PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 21.7G</p> <p style="text-align: right;">23</p>
<p>PATATAS CON MERLUZA A LA GALLEGA (guisado con guisantes, ajo, cebolla y pimentón) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA IV ESTACIONES. </p> <p>PAN.FRUTA AGUA </p> <p>ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 88G PROT.: 20.4G LÍPIDOS: 22.4G</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>CREMA DE CALABACIN (Calabacín, puerro, cebolla, patata <i>ecológica</i>) JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS COCIDAS</p> <p>PAN. YOGUR. AGUA  </p> <p>ENERGÍA: 639 KCAL HC.: 95.1G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p><b>FESTIVO: MENÚ RECOMENDADO</b> <b>GUISAILLO DE CARNE HAMBURGUESA DE TERNERA CON PISTO DE VERDURAS</b> </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 624 KCAL HC.: 80.7G PROT.: 26.1G LÍPIDOS: 23.2G</p> <p style="text-align: right;">28</p>	<p>CREMA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON JUDIAS VERDES </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 653 KCAL HC.: 85.1G PROT.: 25.6G LÍPIDOS: 26.5G</p> <p style="text-align: right;">01</p>	<p>ESPIRALES CON TOMATE Y ATUN  </p> <p>QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, MAIZ </p> <p>PAN INTEGRAL. FRUTA.AGUA </p> <p>ENERGÍA: 694 KCAL HC.:81.4G PROT.: 26.2G LÍPIDOS: 23.3G</p> <p style="text-align: right;">02</p>

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias .Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS. Catering ibagar. *Según temporada la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica: manzana, mandarina, pera, ciruela, naranja y plátano.*

