

**Menú Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1																				
																				Brócoli rehogado con bacon
																				Merluza a la Romana
																				Ensalada
																				Lácteo y pan
V. N .																				707,3 45,2 39,5 45,1
Propuesta Cenas																				Patata + Ave + Fruta
DÍA 4					DÍA 5				DÍA 6				DÍA 7				DÍA 8			
																				Sopa de cocido
																				Cocido completo
																				Lácteo y pan
V. N .	803,8	35,6	24,4	117,5	781,4	24,9	34,9	97,2	769,6	42,3	27,2	95,5	709,2	33,9	31,9	73,4	754,8	34,6	33,9	83,0
Propuesta Cenas																				Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11					DÍA 12				DÍA 13				DÍA 14				DÍA 15			
																				Lentejas estofadas con chorizo
																				Tortilla española
																				Champiñones al ajillo
																				Lácteo y pan
V. N .	793,2	33,4	28,2	108,4	743,3	55,0	23,1	83,7	741,2	31,0	31,9	87,1	734,2	33,7	28,9	91,1	701,7	26,8	36,3	70,8
Propuesta Cenas																				Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18					DÍA 19				DÍA 20				DÍA 21				DÍA 22			
																				Sopa de cocido
																				Cocido completo
																				Fruta y pan
V. N .	705,4	32,2	29,4	82,7	601,6	32,1	27,0	60,9	748,3	39,9	30,0	84,6	746,5	36,1	33,7	80,6	721,3	30,8	31,7	83,3
Propuesta Cenas																				Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25					DÍA 26				DÍA 27				DÍA 28							
V. N .	792,7	31,8	30,4	105,0	830,9	24,7	48,6	77,0	758,2	44,3	27,5	87,7	825,7	40,4	18,9	41,6				
Propuesta Cenas																				

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Frutos Secos - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza a la Romana Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	DÍA 8
					Sopa de cocido Cocido completo Lácteo y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz 3 delicias Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	DÍA 15
					Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

**LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Cerdo - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza a la Romana Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines napolitana Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Tortilla francesa Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	DÍA 8
					Sopa de fideos Cocido sin cerdo Lácteo y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	DÍA 15
					Lentejas estofadas Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis con tomate Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Filete de pollo Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Sopa de fideos Cocido sin cerdo Fruta y pan
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas de ternera a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Tortilla francesa Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

**Menú Sin Huevo - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/huevo con chorizo Hamburguesa de ternera Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo)  Cocido completo  Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Pasta s/huevo con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo  Cinta de lomo Champiñones al ajillo  Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/huevo boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil  Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida  Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas  Salchichas al horno  Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata  Bacalao encebollado  Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo)  Cocido completo  Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/huevo con verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

**LÁCTEOS SIN HUEVO**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

# Menú Sin Huevo y Sin Frutos Secos - Febrero 2019

## Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/huevo con chorizo Hamburguesa de ternera Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Pasta s/huevo con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Cinta de lomo Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/huevo boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Salchichas al horno Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/huevo con verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

### LÁCTEOS SIN HUEVO Y SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Marisco - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza a la Romana Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	DÍA 8
					Sopa de cocido Cocido completo Lácteo y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz 3 delicias Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	DÍA 15
					Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

# Menú Sin Huevo Sin Marisco y Sin Frutos Secos - Febrero 2019

## Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/huevo con chorizo Hamburguesa de ternera Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Pasta s/huevo con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Cinta de lomo Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/huevo boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Salchichas al horno Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/huevo con verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

### LÁCTEOS SIN HUEVO Y SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

# Menú Sin Huevo Sin Queso y Sin Frutos Secos - Febrero 2019

## Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/huevo con chorizo Hamburguesa de ternera Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Pasta s/huevo con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Cinta de lomo Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/huevo boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Salchichas al horno Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/huevo) Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/huevo con verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

### LÁCTEOS SIN HUEVO Y SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)



**Menú Sin Gluten - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/gluten con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/gluten) Cocido completo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz 3 delicias Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan	Pasta s/gluten al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/gluten boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de cocido (fideos s/gluten) Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/gluten con verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	
DÍA 28					

**LÁCTEOS Y PAN SIN GLUTEN**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Lactosa - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza a la Romana Ensalada Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Yogur de soja y pan	Sopa de cocido Cocido completo Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Postre S/Lactosa	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Postre S/Lactosa	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Yogur de soja y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Postre S/Lactosa	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Postre S/Lactosa	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Yogur de soja y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Yogur de soja y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Yogur de soja y pan	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Postre S/Lactosa	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Postre S/Lactosa	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Patatas dado Yogur de soja y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Yogur de soja y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Postre S/Lactosa	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Postre S/Lactosa	Verdura + Pescado + Fruta	
DÍA 28					

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú Sin PLV - Febrero 2019  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza a la Romana Ensalada Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Yogur de soja y pan	Sopa de cocido Cocido completo Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Fruta	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Yogur de soja y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Fruta	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Yogur de soja y pan	Judías pintas estofadas Tortilla de atún Ensalada Yogur de soja y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Yogur de soja y pan	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Patatas dado Yogur de soja y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Yogur de soja y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	
DÍA 28					

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

**Menú Hipocalórico - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Tallarines salteados con verduras Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro asado Ensalada de tomate Lácteo y pan	DÍA 8
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Sopa de cocido Cocido sin chorizo Lácteo y pan Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ternera al horno Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 15
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa Champiñones al ajillo Lácteo y pan Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis con tomate Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Ensalada Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo asado Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla francesa Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes rehogadas Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 22
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Sopa de cocido Cocido sin chorizo Fruta y pan Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Ensalada Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Ensalada Lácteo y pan	Garbanzos estofados Lomo de cerdo fresco al horno Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

**LÁCTEOS DESNATADOS**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Bajo en Colesterol - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1						
					Brócoli rehogado Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta	
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6		
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Tallarines salteados con verduras Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro asado Patata asada Lácteo y pan	DÍA 7	DÍA 8
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta	Sopa de cocido Cocido sin chorizo Lácteo y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13		
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ternera al horno Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 14	DÍA 15
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa Champiñones al ajillo Lácteo y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20		
	Espaguetis con tomate Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patata asada Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo asado Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla francesa Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata Bacalao encebollado Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 21	DÍA 22
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Sopa de cocido Cocido sin chorizo Fruta y pan
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27		
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Patata asada Lácteo y pan	Garbanzos estofados Lomo de cerdo fresco al horno Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta		

**LÁCTEOS DESNATADOS**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Garbanzos y Sin Alubias - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Merluza a la Romana Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Patatas estofadas Daditos de salmón Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	DÍA 8
					Sopa de fideos Ternera con champiñones Lácteo y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz 3 delicias Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	DÍA 15
					Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Crema de zanahoria Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Sopa de fideos Ternera con patatas Fruta y pan
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Patatas con verduras Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

**Menú Sin Legumbre - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Patatas estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan	Crema de calabacín Salmón al horno Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de fideos Ternera con champiñones Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Coliflor rehogada Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ternera al horno Arroz pilaf Fruta y pan	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Sopa de arroz Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Lácteo y pan	Crema de zanahoria Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan	Brócoli con patata Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de fideos Ternera con patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Crema de calabacín Tortilla francesa Patatas dado Lácteo y pan	Patatas con verduras Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

**LÁCTEOS SIN SOJA**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

**Menú Sin Legumbre ni Frutos Secos- Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Patatas estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan	Crema de calabacín Salmón al horno Patatas dado Lácteo y pan	Sopa de fideos Ternera con champiñones Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Coliflor rehogada Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ternera al horno Arroz pilaf Fruta y pan	Coditos al gratén Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Sopa de arroz Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Lácteo y pan	Crema de zanahoria Tortilla de atún Ensalada Lácteo y pan	Brócoli con patata Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	Sopa de fideos Ternera con patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Crema de calabacín Tortilla francesa Patatas dado Lácteo y pan	Patatas con verduras Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan	Paella mixta Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

**LÁCTEOS SIN SOJA NI FRUTOS SECOS**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)



**Menú sin Pescado - Febrero 2019**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

DÍA 1					
					Brócoli rehogado con bacon Cinta de lomo al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Huevo + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines con chorizo Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Hamburguesa de ternera Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 8
Propuesta Cenas	Verdura + Patata + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Huevo + Lácteo	Pasta + Huevo + Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Lácteo y pan Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz 3 delicias Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados con jamón Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza y bacon crujiente Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos al gratén Filete de lomo sajonia Ensalada Fruta y pan	DÍA 15
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas estofadas con chorizo Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan Verdura + Ave + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis boloñesa Filete de pollo Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla francesa Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Salchichas de pavo Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 22
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Verdura + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Tortilla francesa Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Albóndigas a la jardinera Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	DÍA 28	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Arroz + Verdura + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Patata + Fruta	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú bajo en sal - Febrero 2019  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza a la Romana Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Escalope de pollo Ensalada Fruta y pan	Tallarines salteados con verduras Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada Fruta y pan integral	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Lácteo y pan	DÍA 8
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Ensalada + Carne + Fruta	Arroz + Ave + Lácteo	Pasta + Pescado + Fruta	Sopa de fideos Cocido sin chorizo Lácteo y pan Verdura + Huevo + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Lácteo y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ternera al horno Arroz pilaf Fruta y pan integral	Coditos con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	DÍA 15
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Lentejas estofadas con verduras Tortilla española Champiñones al ajillo Lácteo y pan Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Espaguetis napolitana Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Gelatina de arándanos y pan	Judías pintas estofadas Tortilla francesa Ensalada Lácteo y pan integral	Judías verdes con patata y huevo duro Bacalao a la romana Pisto de verduras Lácteo y pan	DÍA 22
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Sopa de fideos Cocido sin chorizo Fruta y pan Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Fideuá de verduras Salmón al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Tortilla francesa Patatas dado Lácteo y pan	Garbanzos estofados Lomo de cerdo fresco al horno Champiñón al ajillo Fruta y pan integral	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Lácteo y pan	DÍA 28
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Lácteo	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo, leche, frutos secos, legumbre (sí guisantes, judía verde y blanca), pescado (sí bacalao, merluza, emperador, atún, boquerón)- Febrero 2019  
 Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 1					
					Brócoli rehogado Merluza al horno Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Patata + Ave + Fruta
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada Fruta y pan	Pasta s/huevo con tomate Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Alubias estofadas Bacalao al horno Ensalada Fruta y pan	Crema de calabacín Magro con tomate Patatas dado Fruta y pan	Sopa de fideos s/huevo Ternera con champiñones Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Ensalada + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Fruta	Pasta + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con verduras Pavo estofado Zanahorias baby Fruta y pan	Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	Crema de calabaza Ragout de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta y pan	Pasta s/huevo con tomate Emperador al ajillo Ensalada Fruta y pan	Sopa de arroz Cinta de lomo Champiñones al ajillo Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Fruta	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Pasta s/huevo boloñesa Merluza al horno con aceite de ajo y perejil Patatas fritas Fruta y pan	<b>DÍA DE COLOR MORADO</b> Lombarda cocida Lomo en salsa Degustación de patata morada Fruta y pan	Crema de zanahoria Pollo al horno Ensalada Fruta y pan	Judías verdes con patata Bacalao encebollado Pisto de verduras Fruta y pan	Sopa de fideos s/huevo Ternera con patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
	Pasta s/huevo con verduras Merluza al horno Patatas revolconas Fruta y pan	Menestra de verduras Pavo al horno Patatas dado Fruta y pan	Patatas con verduras Filete de sajonia Champiñón al ajillo Fruta y pan	Paella hortelana Pollo asado Ensalada Fruta y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Patata + Fruta	Arroz + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ