

MENÚ SIN CARNE – FEBRERO 2024 – A020

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes lácteo (de soja si procede).

| LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | |
|---|--|--|---|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
| Día 5 | | | Día 6 | | | Día 7 | | | Día 1 | | | Día 2 | | |
| Judías verdes salteadas con ajo y cebolla | | | Macarrones con tomate y orégano (1,3,6,10) | | | Judías blancas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | Crema de calabacín y puerro (12) | | | Potaje de garbanzos (garbanzos, bacalao y espinacas) (4,12) | | |
| <u>Nuggest vegetales en salsa con patatitas dado</u> (1,6,10) | | | Bacalao encebollado con zanahorias (2,4,14) | | | Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | | <u>Albóndigas vegetales con guarnición de arroz</u> (1,6,12) | | | Tortilla de patata con ensalada lechuga y maíz (3) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 12 | | | Día 13 | | | Día 14 | | | Día 8 | | | Día 9 | | |
| PUENTE | | | | | | Sopa de fideos en caldo de verduras (1,3,6,10) | | | Coliflor rehogada | | | Aroz con champiñones | | |
| | | | | | | Garbanzos con verduras (12) | | | <u>Patatas guisadas con verduras</u> (pimiento, cebolla, zanahoria) (12) | | | Merluza al horno con ensalada de tomate (4) | | |
| | | | | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 19 | | | Día 20 | | | Día 21 | | | Día 15 | | | Día 16 | | |
| Coliflor Orly (1,2,4,7,14) | | | Coditos con tomate (1,3,6,10) | | | Lentejas ECO campesinas c/verduras (cebolla, pimiento, calabacín, tomate) (12) | | | Arroz con tomate | | | Judías pintas estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) | | |
| <u>Hamburguesa vegetal c/patatas y verduritas</u> (1,6,8,12) | | | Merluza en salsa verde con guisantes (4) | | | Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz (3) | | | Bacalao al horno con refrito de ajo con ensalada de zanahoria y maíz (2,4,14) | | | Huevos aurora con champiñones (1,3,7) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 26 | | | Día 27 | | | Día 28 | | | Día 22 | | | Día 23 | | |
| <u>Paella de verduras</u> (pimiento, cebolla, zanahoria) | | | <u>Sopa de fideos en caldo de verduras</u> (1,3,6,10) | | | Menestra de verduras al ajoarriero | | | Puré de verduras naturales (12) | | | <u>Guiso de patatas con verduras</u> (12) | | |
| Salmón a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | | Garbanzos con verduras (12) | | | <u>Albóndigas vegetales con patatas dado</u> (1,6,12) | | | <u>Nuggest vegetales con ensalada de lechuga y tomate</u> (1,6,10) | | | Palometa al horno con pisto (calabacín, cebolla, pimiento, tomate) (2,4,14) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 29 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | Judías blancas ECO estofadas (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | | | |
| | | | | | | | | | Tortilla francesa con ensalada de tomate (3) | | | | | |
| | | | | | | | | | Postre y pan | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|--------|---------|-----------|------|-------|-------------------|------|---------|--------|----------|------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche | Frutos de cáscara | Apio | Mostaza | Sesamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |

MENÚ SIN CARNE DE CERDO – FEBRERO 2024 – A021

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes lácteo (de soja si procede).

| LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
| Día 5 | | | Día 6 | | | Día 7 | | | Día 1 | | | Día 2 | | |
| Judías verdes salteadas con ajo y cebolla | | | Macarrones con tomate y orégano (1,3,6,10) | | | Judías blancas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | Crema de calabacín y puerro (12) | | | Potaje de garbanzos (garbanzos, bacalao y espinacas) (4,12) | | |
| <u>Filete de pollo con patatitas dado (12)</u> | | | Bacalao encebollado con zanahorias (2,4,14) | | | Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | | <u>Albóndigas (sin cerdo) en salsa de azafrán con guarnición de arroz (6,12)</u> | | | Tortilla de patata con ensalada lechuga y maíz (3) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 12 | | | Día 13 | | | Día 14 | | | Día 8 | | | Día 9 | | |
| PUENTE | | | | | | <u>Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (no cerdo) (1,3,6,10)</u> | | | Patatas guisadas con ave y verduras (pimiento, cebolla, zanahoria) (12) | | | Arroz tres delicias (pavo, tortilla, guisantes) (3,6) | | |
| | | | | | | <u>Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave (no cerdo) (12)</u> | | | Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate (1,6,10) | | | Merluza al horno con ensalada de tomate (4) | | |
| | | | | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 19 | | | Día 20 | | | Día 21 | | | Día 15 | | | Día 16 | | |
| Coliflor Orly (1,2,4,7,14) | | | Coditos con tomate (1,3,6,10) | | | Lentejas ECO campesinas c/verduras (cebolla, pimiento, calabacín, tomate) (12) | | | Arroz con tomate | | | Judías pintas estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) | | |
| Hamburguesa mixta (ternera y pollo) en salsa de cebolla c/patatas y verduritas (6,12) | | | Merluza en salsa verde con guisantes (4) | | | Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz (3) | | | Bacalao al horno con refrito de ajo con ensalada de zanahoria y maíz (2,4,14) | | | Huevos aurora con champiñones (1,3,7) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 26 | | | Día 27 | | | Día 28 | | | Día 22 | | | Día 23 | | |
| Paella de verduras y pollo (pimiento, cebolla, zanahoria) | | | <u>Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (no cerdo) (1,3,6,10)</u> | | | Menestra de verduras al ajoarriero | | | Puré de verduras naturales (12) | | | <u>Guiso de patatas con verduras (12)</u> | | |
| Salmón a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | | <u>Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave (no cerdo) (12)</u> | | | Ragout de pollo con patatas dado (12) | | | Pollo asado al laurel con ensalada de lechuga y tomate | | | Palometa al horno con pisto (calabacín, cebolla, pimiento, tomate) (2,4,14) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 29 | | | | | | | | | Día 29 | | | | | |
| | | | | | | | | | Judías blancas ECO estofadas (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | | | |
| | | | | | | | | | Tortilla francesa con ensalada de tomate (3) | | | | | |
| | | | | | | | | | Postre y pan | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|--------|---------|-----------|------|-------|-------------------|------|---------|--------|----------|------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche | Frutos de cáscara | Apio | Mostaza | Sesamo | Sulfitos | Allergenos | Moluscos |

MENÚ SIN LACTOSA – FEBRERO 2024 – A058

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes postre de soja

| LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | |
|---|--|--|--|--|--|---|--|--|--|
| Día 5 | | Día 6 | | Día 7 | | Día 8 | | Día 9 | |
| Judías verdes salteadas con ajo y cebolla | | Macarrones con tomate y orégano (1,3,6,10) | | Judías blancas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | Patatas guisadas con ave y verduras (pimiento, cebolla, zanahoria) (12) | | Arroz tres delicias (pavo, tortilla, guisantes) (3,6) | |
| Magro de cerdo en salsa con patatitas dado (12) | | Bacalao encebollado con zanahorias (2,4,14) | | Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate (1,6,10) | | Merluza al horno con ensalada de tomate (4) | |
| Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | |
| Día 12 | | Día 13 | | Día 14 | | Día 15 | | Día 16 | |
| PUENTE | | | | Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) | | Arroz con tomate | | Judías pintas estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) | |
| | | | | Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave, chorizo (12) | | Bacalao al horno con refrito de ajo con ensalada de zanahoria y maíz (2,4,14) | | <u>Tortilla francesa con champiñones</u> | |
| | | | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | |
| Día 19 | | Día 20 | | Día 21 | | Día 22 | | Día 23 | |
| <u>Crema de coliflor (12)</u> | | Coditos con tomate (1,3,6,10) | | Lentejas ECO campesinas c/verduras (cebolla, pimiento, calabacín, tomate) (12) | | Puré de verduras naturales (12) | | Guiso de patatas riojanas (chorizo, pimiento, cebolla, calabacín) (12) | |
| Hamburguesa mixta (ternera y pollo) en salsa de cebolla c/patatas y verduritas (6,12) | | Merluza en salsa verde con guisantes (4) | | Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz (3) | | Pollo asado al laurel con ensalada de lechuga y tomate | | Palometa al horno con pisto (calabacín, cebolla, pimiento, tomate) (2,4,14) | |
| Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | |
| Día 26 | | Día 27 | | Día 28 | | Día 29 | | | |
| Paella de verduras y pollo (pimiento, cebolla, zanahoria) | | Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) | | Menestra de verduras al ajoarriero | | Judías blancas ECO estofadas (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | |
| Salmón a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave, chorizo (12) | | Carcamusa toledana con patatas dado (12) | | Tortilla francesa con ensalada de tomate (3) | | | |
| Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | Postre y pan | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|--------|---------|-----------|------|-------|-------------------|------|---------|--------|----------|------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche | Frutos de cáscara | Apio | Mostaza | Sésamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |



MENÚ SIN HUEVO NI MARISCO – FEBRERO 2024 – A076

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes lácteo (de soja si procede).

| LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | |
|--|--|--|---|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
| Día 5 | | | Día 6 | | | Día 7 | | | Día 1 | | | Día 2 | | |
| Judías verdes salteadas con ajo y cebolla | | | <u>Pasta esp. Sin alergenos con tomate y orégano</u> | | | Judías blancas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | Crema de calabacín y puerro (12) | | | <u>Guiso de garbanzos con verduras (12)</u> | | |
| Magro de cerdo en salsa con patatitas dado (12) | | | <u>Merluza encebollado con zanahorias (4)</u> | | | <u>Lacón al horno con ensalada de maíz y zanahoria</u> | | | Albóndigas en salsa de azafrán con guarnición de arroz (6,12) | | | <u>Cinta de lomo con ensalada lechuga y maíz</u> | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 12 | | | Día 13 | | | Día 14 | | | Día 8 | | | Día 9 | | |
| PUENTE | | | | | | <u>Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos esp. Sin alergenos)</u> | | | Patatas guisadas con ave y verduras (pimiento, cebolla, zanahoria) (12) | | | <u>Arroz con champiñones</u> | | |
| | | | | | | Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave, chorizo (12) | | | Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate (1,6,10) | | | Merluza al horno con ensalada de tomate (4) | | |
| | | | | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 19 | | | Día 20 | | | Día 21 | | | Día 15 | | | Día 16 | | |
| <u>Crema de coliflor (12)</u> | | | <u>Pasta esp. Sin alergenos con tomate</u> | | | Lentejas ECO campesinas c/verduras (cebolla, pimiento, calabacín, tomate) (12) | | | Arroz con tomate | | | Judías pintas estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) | | |
| Hamburguesa mixta (temera y pollo) en salsa de cebolla c/patatas y verduritas (6,12) | | | Merluza en salsa verde con guisantes (4) | | | <u>Cinta de lomo con ensalada de lechuga y maíz</u> | | | <u>Merluza al horno con refrito de ajo con ensalada de zanahoria y maíz (4)</u> | | | <u>Filete de pollo con champiñones</u> | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 26 | | | Día 27 | | | Día 28 | | | Día 22 | | | Día 23 | | |
| Paella de verduras y pollo (pimiento, cebolla, zanahoria) | | | <u>Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos esp. Sin alergenos)</u> | | | Menestra de verduras al ajovariero | | | Puré de verduras naturales (12) | | | Guiso de patatas riojanas (chorizo, pimiento, cebolla, calabacín) (12) | | |
| Salmón a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria (4) | | | Complemento: garbanzos ECO, verdura, morcillo, ave, chorizo (12) | | | Carcamusá toledana con patatas dado (12) | | | Pollo asado al laurel con ensalada de lechuga y tomate | | | <u>Merluza al horno con pisto (calabacín, cebolla, pimiento, tomate) (4)</u> | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 29 | | | | | | | | | Día 29 | | | | | |
| | | | | | | | | | Judías blancas ECO estofadas (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | | | |
| | | | | | | | | | <u>Salchichas de pavo con ensalada de tomate (6)</u> | | | | | |
| | | | | | | | | | Postre y pan | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|--------|---------|-----------|------|-------|-------------------|------|---------|--------|----------|------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche | Frutos de cáscara | Apio | Mostaza | Sésamo | Sulfitos | Allergenos | Moluscos |



MENÚ SIN CARNE NI PESCADO – FEBRERO 2024 – A122

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes lácteo (de soja si procede).

| LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | |
|---|--|--|---|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|
| Día 5 | | | Día 6 | | | Día 7 | | | Día 1 | | | Día 2 | | |
| Judías verdes salteadas con ajo y cebolla | | | <u>Verduras salteadas</u> | | | Judías blancas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | Crema de calabacín y puerro (12) | | | <u>Guiso de garbanzos con verduras (12)</u> | | |
| <u>Nuggest vegetales en salsa con patatitas dado (1,6,10)</u> | | | Macarrones con tomate y orégano (1,3,6,10) | | | Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3) | | | <u>Albóndigas vegetales con guarnición de arroz (1,6,12)</u> | | | Tortilla de patata con ensalada lechuga y maíz (3) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 12 | | | Día 13 | | | Día 14 | | | Día 8 | | | Día 9 | | |
| PUENTE | | | | | | <u>Sopa de fideos en caldo de verduras (1,3,6,10)</u> | | | <u>Coliflor rehogada</u> | | | <u>Aroz con champiñones</u> | | |
| | | | | | | <u>Garbanzos con verduras (12)</u> | | | <u>Patatas guisadas con verduras (pimiento, cebolla, zanahoria) (12)</u> | | | <u>Hamburguesa vegetal con ensalada de tomate (1,6,8,12)</u> | | |
| | | | | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 19 | | | Día 20 | | | Día 21 | | | Día 15 | | | Día 16 | | |
| Coliflor Orly (1,2,4,7,14) | | | <u>Coliflor rehogada</u> | | | Lentejas ECO campesinas c/verduras (cebolla, pimiento, calabacín, tomate) (12) | | | Puré de verduras naturales (12) | | | Judías pintas estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) | | |
| <u>Hamburguesa vegetal c/patatas y verduras (1,6,8,12)</u> | | | Coditos con tomate (1,3,6,10) | | | Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz (3) | | | <u>Nuggest vegetales con ensalada de lechuga y tomate (1,6,10)</u> | | | Huevos aurora con champiñones (1,3,7) | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |
| Día 26 | | | Día 27 | | | Día 28 | | | Día 22 | | | Día 23 | | |
| Brocoli rehogado con cebollita | | | <u>Sopa de fideos en caldo de verduras (1,3,6,10)</u> | | | Menestra de verduras al ajoarriero | | | Judías blancas ECO estofadas (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) | | | <u>Guisantes rehogados con cebolla</u> | | |
| <u>Paella de verduras (pimiento, cebolla, zanahoria)</u> | | | <u>Garbanzos con verduras (12)</u> | | | <u>Albóndigas vegetales con patatas dado (1,6,12)</u> | | | Tortilla francesa con ensalada de tomate (3) | | | <u>Guiso de patatas con verduras (12)</u> | | |
| Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | | Postre y pan | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|--------|---------|-----------|------|-------|-------------------|------|---------|--------|----------|------------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Gluten | Crustáceos | Huevos | Pescado | Cacahuete | Soja | Leche | Frutos de cáscara | Apio | Mostaza | Sesamo | Sulfitos | Altramuzes | Moluscos |