COLEGIO LAS ROSAS

FEBRERO 2025

MENÚ SIN LACTOSA

3	4	5	6	7		
JUDÍAS VERDES REHOGADAS Con ajos tiernos y jamón TORTILLA DE PATATA Con tomate aliñado FRUTA, PAN	ESPAGUETIS CON TOMATE BOQUERONES EN TEMPURA Ensalada de brotes verdes (sin lactosa) FRUTA, PAN	ARROZ REHOGADO Con tomate FILETE DE PAVO Con puré de patata FRUTA, PAN	LENTEJAS A LA JARDINERA Con verdura MERLUZA A LA GADITANA Con ensalada mixta YOGUR DE SOJA, PAN	PURÉ DE CALABACÍN Con croutons POLLO AL HORNO Con pisto FRUTA, PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEÍNAS LÍPIDOS	
10	**11**	**12**	**13**	**14**		
MACARRONES BOLOÑESA Con carne picada de ternera TORTILLA DE CALABACÍN Con asadillo de pimiento FRUTA, PAN	GUISO DE PATATAS Con costillas adobadas FILETE DE LENGUADINA Con ensalada de la huerta FRUTA, PAN	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS Con patatas MAGRO DE CERDO Con tomate FRUTA, PAN	PURÉ DE VERDURAS De la huerta ALBÓNDIGAS DE TERNERA Con patatas dado YOGUR DE SOJA, PAN	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (con garbanzo, ternera, patata y zanahoria) FRUTA, PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEÍNAS LÍPIDOS	
17	**18**	**19**	**20**	**21**		
ARROZ Con verduras y pollo BACALAO Con tomate FRUTA, PAN	BRÓCOLI REHOGADO Con ajito LOMO DE SAJONIA Con patata bastón FRUTA, PAN	MENU DEL ALUMNO PURÉ DE CALABAZA Ecológica FINGER DE POLLO Con salsa barbacoa (sin lactosa) YOGUR DE SOJA, PAN	ESPIRALES DE VERDURAS HUEVOS REVUELTOS Con virutas de pavo FRUTA, PAN	GUISANTES REHOGADOS Con virutas de jamón FILETE DE MERLUZA Con ensalada mixta FRUTA, PAN	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEÍNAS LÍPIDOS	
24	**25**	**26**	**27**	**28**		
PURÉ DE ZANAHORIA CINTA DE LOMO ADOBADA Con quinoa rehogada FRUTA, PAN	TALLARINES THAI Con soja y verduras FILETE DE ABADEJO Con ensalada mixta FRUTA, PAN	JUDÍAS VERDES REHOGADAS Con ajos tiernos y pavo TORTILLA DE PATATA Con tomate aliñado FRUTA, PAN	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (Con garbanzo, ternera, patata y zanahoria) YOGUR DE SOJA, PAN	FESTIVO	KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEÍNAS LÍPIDOS	
					KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEÍNAS LÍPIDOS	