

El Colegio Las Rosas apoya los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
17 objetivos para transformar el mundo, aprobados en 2015 por la ONU en el marco de la Agenda 2030 sobre Desarrollo Sostenible.

Alineados con el ODS núm. 3, garantizar una vida saludable y promover el bienestar para todos en todas las edades, incorporamos al menú escolar:

- ✓ Fruta y verdura a diario.
- ✓ Productos de cercanía, como el AOVE de Jaén.
- ✓ Alimentos ecológicos
- ✓ Limitación de azúcares y alimentos procesados.



MENÚ SIN LEGUMBRE					FEBRERO 2023	
		1	2	3	KCAL	
		MACARRONES BOLOÑESA (con carne de ternera)	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE VERDURAS De la huerta ecológica	HIDRATOS DE CARBONO	
		CINTA DE LOMO ADOBADA Con patatas	FILETE DE MERLUZA Con ensalada de la huerta	JAMONCITOS DE POLLO A la jardinera	PROTEÍNAS	
		FRUTA, PAN	YOGUR DE SABORES, PAN	FRUTA, PAN	LÍPIDOS	
6	7	8	9	10		
ARROZ REHOGADO Con ajo, perejil y tomate	ACELGAS REHOGADAS Con ajos tiernos y pavo	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CALABAZA Ecológica	FIDEUA VALENCIANA Con verdura y pollo	KCAL	
HAMBURGUESA DE TERNERA Con patatas bastón	TORTILLA DE PATATA Con ensalada de la huerta	FILETE DE POLLO Con patatas	MAGRO DE CERDO Con tomate	FILETE DE LENGUADINA Con ensalada de la huerta	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	YOGUR DE SABORES, PAN	FRUTA, PAN	PROTEÍNAS	
					LÍPIDOS	
13	14	15	16	17		
ARROZ CON TOMATE	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata y beicon)	MENÚ DEL ALUMNO	SOPA DE ESTRELLITAS	ACELGAS REHOGADAS Con jamón	KCAL	
HUEVOS REVUELTOS Con virutas de jamón York	LOMOS DE MERLUZA Con salteado mediterráneo	CREMA DE ZANAHORIA Ecológica	BACALAO Con tomate	REDONDO DE TERNERA A la jardinera	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	FINGER DE POLLO Con salsa barbacoa	FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	PROTEÍNAS	
		NATILLAS, PAN			LÍPIDOS	
20	21	22	23	24		
LAZOS NAPOLITANA Con queso	CREMA DE CALABACÍN Ecológico	ARROZ TRES DELICIAS (con huevo y zanahoria)	SOPA DE FIDEOS	NO LECTIVO	KCAL	
TORTILLA DE CALABACÍN Con ensalada de la huerta	CHULETA DE AGUJA Con pisto manchego	FILETE DE MERLUZA En salsa	FILETE DE POLLO Con patatas		HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	FRUTA, PAN	YOGUR DE SABORES, PAN		PROTEÍNAS	
					LÍPIDOS	
27	28					
NO LECTIVO	MACARRONES CON TOMATE					KCAL
	TORTILLA ESPAÑOLA Con tomate					HIDRATOS DE CARBONO
	FRUTA, PAN					PROTEÍNAS
						LÍPIDOS