

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2025

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
					1 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	2 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Puré de calabaza Pollo asado con champiñones salteados Fruta de temporada y pan Butternut squash purée Grilled chicken with sautéed mushrooms Seasonal Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos	4 Macarrones con salsa de tomate con queso rallado Lenguadina a la donostiarra Yogur y pan Macaroni with tomato sauce with grated cheese Donostia-style sole Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	5 Sopa de pescado Lomo a la plancha con pimientos Fruta de temporada y pan integral Fish soup Grilled tenderloin with peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	6 Alubias verdes (eco.) con zanahoria Empanadillas de atún con ensalada Yogur y pan Green beans (eco.) with carrot Tuna pastry with salad Yoghurt and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Fruta	7 Paella de pollo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral Chicken paella French omelette with lettuce & carrot Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	8 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	9 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 2808/672 GT: 23 GS: 5 HC: 83 AZ: 20 PROT: 36 SAL: 1
10 Salteado de borraja con patatas Gratén de huevos con bechamel Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Eggs au gratin with white sauce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	11 Arroz a la cubana Escalope casero con ensalada de lechuga Yogur y pan Cuban style rice Homemade escalope with lettuce Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	12 Alubias pintas estofadas Bacalao en salsa verde Fruta de temporada y pan integral Stewed pinto beans Codfish in green sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	13 Porrusalda Albóndigas con tomate Yogur y pan Leek soup Meatballs with tomato sauce Yoghurt and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	14 Ensaladilla rusa Pollo asado al jugo con pimientos verdes Fruta de temporada y pan integral Russian salad Grilled chicken with its juice with green peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	15 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	16 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3013/721 GT: 25 GS: 7 HC: 84 AZ: 17 PROT: 41 SAL: 2
17 Crema de puerros Lentejas estofadas con verduras Fruta de temporada y pan Cream of leek Lentils with vegetables Seasonal Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	18 Patatas guisadas Filete de merluza al Orio Yogur y pan Stewed potatoes Orio style hake Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	19 Judías verdes con patatas Pollo asado a la manzana con ensalada Fruta de temporada y pan integral Green beans with potatoes Apple roasted chicken with salad Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos	20 Garbanzos estofados con verduras Tortilla francesa con atún con pisto manchego casero (patata, tomate, calabacín, pimiento, cebolla) Yogur y pan Chickpeas stewed with vegetables Tuna omelette with pisto manchego casero (patata, tomate, calabacín, pimiento, cebolla) Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	21 Coliflor al ajillo Canelones de carne Fruta de temporada y pan integral Cauliflower sautéed with garlic Meat cannelloni Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	22 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	23 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2625/628 GT: 13 GS: 3 HC: 96 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 1
24 Puré de zanahoria Contramuslo de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Carrot purée Chicken in "chilindron" gravy with lettuce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta	25 Lentejas a la jardinera Filete de merluza en salsa vizcaína Yogur y pan Vegetables lentils Biscayne style hake Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	26 Salteado de acelgas con patatas Estofado de ternera Fruta de temporada y pan integral Sautéed swiss chard & potatoes Beef stew Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	27 Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Croquetas de bacalao con ensalada Yogur y pan Sautéed beans with garlic & parsley Codfish croquettes with salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	28 Crema de espinacas Arroz con salsa de tomate con huevo duro Fruta de temporada y pan integral Spinach cream Rice with tomato sauce with hard-boiled egg Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos			VE: 2691/644 GT: 17 GS: 3 HC: 96 AZ: 17 PROT: 32 SAL: 1

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses