

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2025

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
					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	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	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	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	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	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	11 Arroz a la cubana Escalope casero con ensalada de lechuga Yogur y pan Cuban style rice Homemade escalope with lettuce Yoghurt and bread	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	13 Porrusalda Albóndigas con tomate Yogur y pan Leek soup Meatballs with tomato sauce Yoghurt and bread	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	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	18 Patatas guisadas Filete de merluza al Orio Yogur y pan Stewed potatoes Orio style hake Yoghurt and bread	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	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 <i>pisto manchego casero (patata, tomate, calabacín, pimiento, cebolla)</i> Yoghurt and bread	21 Coliflor al ajillo Canelones de carne Fruta de temporada y pan integral Cauliflower sautéed with garlic Meat cannelloni Seasonal Fruit and wholemeal bread	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 "chilindrón" gravy with lettuce Seasonal Fruit and bread	25 Lentejas a la jardinera Filete de merluza en salsa vizcaína Yogur y pan Vegetables lentils Biscayne style hake Yoghurt and bread	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	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	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	VE: 2691/644 GT: 17 GS: 3 HC: 96 AZ: 17 PROT: 32 SAL: 1