

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2026

CEIP ALEJO LOREN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>				
<p>2 FESTIVO VE:3.102/742 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>3 Salteado de coliflor con patatas Magro en salsa con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan integral VE:3.064/733 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>4 Sopa de pasta con pasta integral Pollo asado al limón con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan VE:3.294/788 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>5 - Alubias estofadas con calabaza eco Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga, pepino y maíz Yogur y pan integral VE:3.185/762 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>6 Arroz tres delicias Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.051/730 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>
<p>9 Macarrones integrales (eco.) con salsa de zanahoria Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.323/795 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>10 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con calabacín salteado Fruta y pan integral VE:3.114/745 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>11 Rehogado de col y patata (verduras frescas) Filete de caballa con pisto Fruta y pan VE:3.143/752 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>12 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>13 Arroz a la napolitana Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta y pan VE:3.114/745 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>
<p>16 Espaguetis integrales (eco.) con salsa de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta y pan VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>17 Garbanzos estofados con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.206/767 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>18 Paella de verduras Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral VE:3.302/790 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>20 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.097/741 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>
<p>23 Sopa de fideos con pasta (eco) Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.043/728 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>24 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.110/744 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>25 Arroz integral con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.156/755 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>26 Crema de zanahoria (eco.) Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral VE:3.127/748 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>	<p>27 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.294/788 GT:0 GS:0 HC:0 AZ:0 PROT:0 SAL:0</p>