



Menú febrero 2026

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de lentejas	Pasta con tomate y atún	Crema de calabacín y patata	Crema de puerro y patatas	Ensalada César
Huevo plancha, patatas de luxe y rodajas de tomate	Hamburguesa de merluza y ensalada de col	Pollo asado, pastel de verdura, ensalada de tomate	Lomo con guisantes, ensalada de zanahoria y maíz	Arroz a la cubana y salchicha casera
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 831, Proteína: 55, Hidratos de carbono:82, Grasa: 32

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Crema de zanahorias	Potaje de garbanzos	Pasta con tomate	Crema de verduras	Sopa de estrellas
Pechuga plancha, arroz con guisantes y pepino	Tortilla de patata, ensalada de aguacate, tomate y maíz	Abadejo plancha, arroz, zanahorias y aceitunas	Patata danesa con carne picada y ensalada	Escalope con boniato frito
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 770, Proteína: 44, Hidratos de carbono:95, Grasa: 24

LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Pasta al pesto de brócoli	Arroz caldoso de pescado	Crema de verduras	Potaje de alubias	Crema de calabaza
Tortilla francesa y patatas al horno	Merluza al horno y ensalada de atún	Estofado de ternera, cous cous y palitos de zanahoria	Croquetas de pescado y ensalada mixta	Hamburguesa completa, patatas fritas y ensalada verde
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 849, Proteína: 42, Hidratos de carbono:119, Grasa: 24

Todas las verduras y frutas son ecológicas



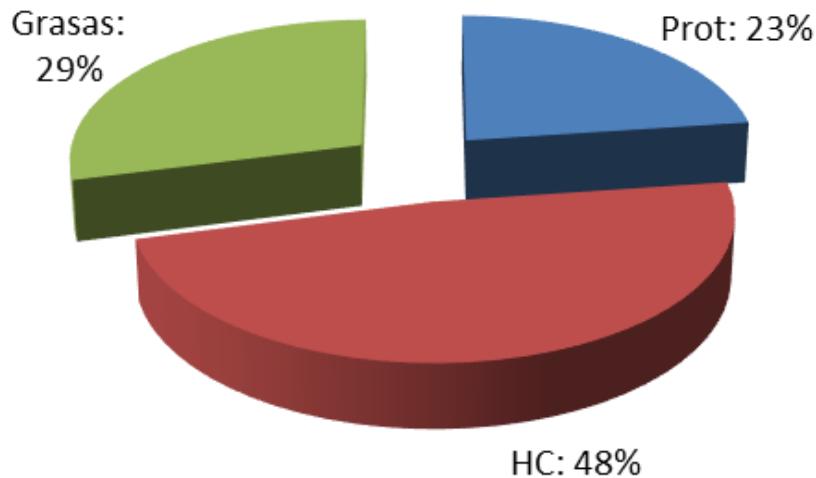
Detalle del menú febrero 2026

Todos los días el menú incluye agua mineral y pan.

Valores nutricionales medios del menú de la comida:

Energía media 817 kcal: cubren el 30-35%
de las necesidades diarias
Hidratos de carbono medios: 99 g
Proteína media: 47 g Grasa media: 26 g

Origen de la energía



Sugerencias de cena

LUNES 2 DE FEBRERO

Calamar a la andaluza y tomate en rodajas. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 3 DE FEBRERO

huevos al plato y ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 4 DE FEBRERO

Hamburguesa vegetal con ensalada de arroz. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 5 DE FEBRERO

Merluza romana y puré de patata. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 6 DE FEBRERO

Filete de ternera plancha y ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

LUNES 9 DE FEBRERO

Tortilla francesa y trempó. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 10 DE FEBRERO

Tallarines con bolognesa de soja texturizada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 11 DE FEBRERO

Hamburguesa de pollo y ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 12 DE FEBRERO

Tallarines con bolognesa de soja texturizada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 13 DE FEBRERO

Huevos revueltos con tomate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

LUNES 23 DE FEBRERO

Muslos de pollo al horno y menestra. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 24 DE FEBRERO

Pechuga de pollo empanada con trampó. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 25 DE FEBRERO

Trampó de alubias con palitos de cangrejo. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 26 DE FEBRERO

Boquerones rebozados con ensalada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 27 DE FEBRERO

Ensaladilla con huevo duro y atún. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.