



CEIP VISTAHERMOSA

FEBRERO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Sopa de fideos y garbanzos Abadejp al horno con patata Fruta; rebanada de pan 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 1 3 6 10 12 4	Lentejas con verduras Jamonicos de pollo en salsa Fruta; rebanada de pan 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 1 12	Arroz con magro Tortilla francesa con queso Fruta, rebanada de pan 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 1 3 7	Macarrones con atún y queso fundido Salchichas frescas con tomate Fruta y rebanada de pan 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 1 3 6 10 4 7 12	Crema de calabacín ECO Cous cous Flan, rebanada de pan 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 1 3 6 7 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne) Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 1 3 6 10 12	Ensalada completa Canelones de carne Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 1 2 3 4 6 9 14	Empedrado de alubias Hamburguesa de ternera Fruta, rebanada de pan 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 1 12	FESTIVO LOCAL	FESTIVO LOCAL
16	17	18	19	20
Fideua de pescado Longanizas con tomate Fruta; rebanada de pan 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 1 3 6 10 4 14 12	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta, rebanada de pan 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 1 2 3	Crema de verduras ECO Piza de Jamón york y queso Fruta, rebanada de pan 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 1 3 6 7 12	Sopa de cocido con relleno Garbanzos con patata y zanahoria Fruta, rebanada de pan 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 1 12 3 7 6 10	Espaguetis boloñesa Filete de limanda con salsa verde Natillas , rebanada de pan 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 1 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Olleta Alicantina Tortilla de patatas Fruta, rebanada de pan 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 1 3 12	Arroz de pescado Longaniza pollo Fruta, rebanada de pan 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 1 4 14 2 7 6	Pasta con verduras y queso fundido Bacalao al horno Fruta, rebanada de pan 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 1 3 6 10 7 4 14	Potaje de garbanzos Filete ruso Fruta, rebanada de pan 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 1 12	Crema de verduras con picatostes Pollo al horno con patata panadera Yogur y rebanada de pan 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 1 7 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO

