

Febrero 2024



CEIP EL PALMERAL
Infantil y Primaria

CATERING 45
Enseñar a comer

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</p>				
<p>5 Crema de hortalizas</p> <p>Pollo a la cazuela</p> <p>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Sopa y pescado al papillote. Fruta</i></p> <p>551.14 KC 21.08 PR 63.58 HC 21.17 LP 4.23 GS</p>	<p>6 Potaje con calabaza y boniato</p> <p>Hamburguesa con salsa de tomate</p> <p>Ensalada Morada (lech, lomb, pep)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de hortalizas y tortilla campesina. Fruta</i></p> <p>738.94 KC 32.90 PR 86.22 HC 24.71 LP 2.15 GS</p>	<p>7 Sopa marinera con fideos</p> <p>Magro en salsa con patatas</p> <p>Ens. mediterránea (lech,tom,espárr)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Calabacín a la plancha y tortilla con cebolla. Fruta</i></p> <p>722.75 KC 30.32 PR 76.95 HC 30.56 LP 5.38 GS</p>	<p>1 Alubias a la riojana</p> <p>Albóndigas a la jardinera</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Tosta con hummus y pescado a la plancha. Fruta</i></p> <p>808.95 KC 30.30 PR 60.85 HC 30.12 LP 5.69 GS</p>	<p>2 Espirales con bacon</p> <p>Merluza al horno con calabacín</p> <p>Ensalada Morada (lech, lomb, pep)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Champiñones salteados y pechuga al curry. Fruta</i></p> <p>820.00 KC 30.95 PR 104.24 HC 28.49 LP 7.87 GS</p>
<p>12 Fideuá de pescado</p> <p>Longanizas con zanahoria salteada</p> <p>Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Acelgas hervidas y pollo al horno. Fruta</i></p> <p>952.15 KC 40.56 PR 95.66 HC 42.87 LP 11.81 GS</p>	<p>13 Lentejas ECO hortelanas</p> <p>Tortilla con calabacín</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Verduras al horno y lomo a la plancha. Fruta</i></p> <p>644.84 KC 35.55 PR 62.58 HC 24.58 LP 6.53 GS</p>	<p>14 Guisado de carne con verduras</p> <p>Croquetas de bacalao</p> <p>Ensalada huerta (lech,pepino, zanah)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de zanahoria y magro en salsa. Fruta</i></p> <p>742.66 KC 28.08 PR 89.46 HC 28.22 LP 5.35 GS</p>	<p>8 Macarrones al pomodoro</p> <p>Fogonero con verduras</p> <p>Ensalada lechuga, zanah, pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Consomé y pizza vegetal. Fruta</i></p> <p>682.52 KC 27.71 PR 103.32 HC 15.00 LP 2.16 GS</p>	<p>9 Olleta alicantina ECO</p> <p>Tortilla con queso</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y tomate</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Alcachofas salteadas y cuscús con especias. Fruta</i></p> <p>661.36 KC 35.38 PR 57.84 HC 24.25 LP 7.76 GS</p>
<p>19 Espaguetis a la napolitana</p> <p>Libritos de jamón y queso</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Patata al horno y berenjena rellena. Fruta</i></p> <p>863.62 KC 16.65 PR 121.42 HC 31.39 LP 5.05 GS</p>	<p>20 Sopa con lluvia</p> <p>Rustidera de pollo</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Pisto al horno y brocheta de pescado. Fruta</i></p> <p>593.55 KC 31.74 PR 69.30 HC 18.96 LP 4.43 GS</p>	<p>21 Garbanzos a la mediterránea</p> <p>Tortilla con pavo</p> <p>Ensalada de lech, espárragos, lombarda</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Sopa de sémola y pescado al horno. Fruta</i></p> <p>680.81 KC 35.00 PR 65.83 HC 27.45 LP 6.58 GS</p>	<p>15 Fabada asturiana</p> <p>Pollo a la italiana</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y aceit.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Menestra y salteado de huevo y champiñones. Fruta</i></p> <p>695.36 KC 37.17 PR 45.22 HC 22.89 LP 5.33 GS</p>	<p>16 Paella alicantina</p> <p>Ventresca encebollada</p> <p>Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Coliflor hervida y filete de ternera plancha. Fruta</i></p> <p>791.00 KC 37.31 PR 112.94 HC 19.59 LP 3.89 GS</p>
<p>26 Lentejas estofadas</p> <p>Lomo fresco con salteado campestre</p> <p>Ensalada de lech, zanah, remolacha</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Chips de boniato y pollo al horno. Fruta</i></p> <p>868.27 KC 37.12 PR 88.57 HC 34.90 LP 10.51 GS</p>	<p>27 Paella de magro y verduras</p> <p>Rollitos de pavo y queso</p> <p>Ensalada de lechuga, aceit y lombarda</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Verduras salteadas y pescado a la plancha. Fruta</i></p> <p>808.52 KC 38.29 PR 105.50 HC 24.47 LP 9.23 GS</p>	<p>28 Sopa de cocido</p> <p>Cocido casero completo</p> <p>Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de verduras y pescado al horno. Fruta</i></p> <p>832.52 KC 54.50 PR 84.42 HC 27.55 LP 7.16 GS</p>	<p>22 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)</p> <p>Merluza con menestra</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de verduras y pechuga de pavo plancha. Fruta</i></p> <p>732.99 KC 29.02 PR 112.72 HC 16.57 LP 3.07 GS</p>	<p>23 Crema de legumbres</p> <p>Lomo adobado con calabaza</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Brocheta de verduras y revuelto de ajos tiernos. Fruta</i></p> <p>618.48 KC 23.51 PR 68.61 HC 15.56 LP 5.00 GS</p>
<p>29 Alubias con verduras</p> <p>Tortilla campesina</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y chia</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Wok de verduras y pavo en salsa. Fruta</i></p> <p>678.08 KC 35.88 PR 44.25 HC 24.46 LP 6.78 GS</p>				

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: mandarina, plátano, manzana, naranja, caqui y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.



CONTIENE GLUTEN



RÍNDICO DE AZUFRE Y SULFITOS



GRANOS DE SESAMO



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



MOSTAZA



PESCADO



CACAHUETES



ALTRAMUJES



SOJA



LÁCTEOS



APIO



FRUTOS DE CÁSCARA



MOLLUSCOS

