



GRUPO
JUAN XXIII

ALÉRGENOS



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



PESCADO



HUEVOS



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS CON CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



ALTRAMUCES



MOLUSCOS

COLECTIVIDADES

JUAN XXIII

Todos los días habrá a disposición de los niños que lo quieran **Fruta del tiempo**

MENÚ FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALOR NUTRICIONAL
DÍA 2 - Ensalada de: Lechuga, maíz, zanahoria rallada, queso y jamón york ●● - Alubias con arroz integral ● - Tortilla de calabacín con loncha de pavo ●● - Fruta del tiempo R. Acelgas salteadas - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada de tomate, pescado al horno, fruta	DÍA 3 - Ensalada de: Lechuga, maíz y brotes de soja ●● - Fideua con gambita y calamar ●●●●● - Croquetas de jamón, loncha de jamón york y porción de quesito ●●●● - Yogur /Fruta ● R. Espinacas al ajillo - Pan integral ● Recomendación Cena: Ensalada completa, Filete ternera plancha, Fruta	DÍA 4 - Ensalada César ●●●●● - Sopa de cocido ●●●● - Cocido completo ●● - Fruta del tiempo R. Coliflor con bechamel ●● - Pan ● Recomendación Cena: Verdura plancha, totilla francesa con york, Yogur.	DÍA 5 - Ensalada de: Tomate, caballa y aceitunas ● - Macarrones ECO carbonara ●●●● - Pescado de Lonja (Boquerón) con verduras en crudité ● - Zumo de naranja natural R. Judias verdes - Pan integral ● Recomendación Cena: Ensalada completa, pollo plancha y fruta.	DÍA 6 - Ensalada de: Mezclum con manzana y tomate cherry ● - Entremeses variados(con empanadilla de horno) ●●●●● - Albóndigas caseras en su jugo con verduras y patatas dado - Fruta del tiempo R. Brocoli con ajitos - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada completa, pescado azul, fruta.	VALOR SEMANAL: Energía: 774 Kcal Grasa: 29,1 g Proteína: 32,4 g HC: 79,6 g
DÍA 9 - Ensalada de: Lechuga, pepino, espárragos, aceitunas y atún ●● - Lentejas ECO Castellana ●● - Tortilla española con ratatouille ● - Fruta del tiempo R. Judias verdes - Pan ● Recomendación Cena: Crema de zanahoria, carne ave plancha, yogur.	DÍA 10 - Ensalada de: Lechuga, maíz y brotes de soja ●● - Arroz de la huerta - Merluza al horno con salsa verde ● - Yogur /Fruta ● R. Coliflor al ajillo - Pan integral ● Recomendación Cena:Puré de verduras, San jacobó, fruta	DÍA 11 - Ensalada de: Lechuga, maíz, zanahoria rallada, queso y jamón york ●● - Sopa de estrellitas con huevo cocido ●●●● - Cinta de lomo a la jardinera con guisantes salteados - Fruta del tiempo R. Acelgas salteadas - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada completa, pescado a la plancha, Macedonia de frutas	DÍA 12 - Ensalada César ●●●●● - Estofado de ternera con macarrones ● - Fogonero al horno sobre cama de patatas ● - Fruta del tiempo R. Brocoli con bechamel ●● - Pan integral ● Recomendación Cena: Crema de champiñón, Filete ternera plancha, fruta.	DÍA 13 - Ensalada de: Mezclum con manzana y tomate cherry ● - Puré de calabacín ● - Fajitas de pollo ● - Fruta del tiempo R. Puré de calabacín - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada completa, Merluza plancha,, fruta.	VALOR SEMANAL: Energía: 779 Kcal Grasa: 30,4 g Proteína: 31,3 g HC: 78,4 g
DÍA 16 - Ensalada César ●●●●● - Lentejas con verduras ●● - Lomo adobado a la plancha con zanahorias baby - Fruta del tiempo R. Coliflor con bechamel ●● - Pan ● Recomendación Cena: Crema de verduras, Filete de pescado plancha, yogur.	DÍA 17 - Ensalada de: Tomate, caballa y aceitunas ● - Arroz cubana con tomate - Huevo cocido con salchichas ●● - Yogur / Fruta ● R. Espinacas al ajillo - Pan integral ● Recomendación Cena: Ensalada completa, pescado azul, fruta.	DÍA 18 - Ensalada de: Mezclum con manzana y tomate cherry ● - Tallarines salteados con verduras ●●●● - Abadejo a la romana ●●●● - Fruta del tiempo R. Brocoli con ajitos - Pan ● Recomendación Cena: Sopa de fideos, carne de ave plancha, fruta.	DÍA 19 - Ensalada de: Lechuga, maíz, zanahoria rallada, queso y jamón york ●● - Puré de legumbres con verduras ● - Muslo de pollo a las finas hierbas con patata asada - Fruta del tiempo R. Acelgas salteadas - Pan integral ● Recomendación Cena: Crema de espinacas, Merluza rebozada, fruta.	DÍA 20 - Ensalada de: Lechuga, pepino, espárragos, aceitunas y atún ●● - Lasaña de atún ●●●●● - Pescado de lonja (Bacaladilla) con tomatitos cherry ● - Fruta del tiempo R. Puré de verduras - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada completa, San Jacobo, fruta.	VALOR SEMANAL: Energía: 759 Kcal Grasa: 29,3 g Proteína: 31,2 g HC: 78,8 g
DÍA 23 - Ensalada de: Lechuga, maíz y brotes de soja ●● - Sopa de fideos integrales con garbanzos ●●●●● - Pechugas de pollo frescas con rebozado casero y patatas fritas ●●●●● - Fruta del tiempo R. Coliflor al ajillo - Pan ● Recomendación Cena: Crema de champiñón, pescado plancha, fruta.	DÍA 24 - Ensalada de:lechuga, maíz, zanahoria rallada, queso y jamón york ●● - Arroz Caldoso - Merluza al horno sobre cama de patatas ● - Yogur / Fruta ● R. Judías verdes - Pan integral ● Recomendación Cena: Ensalada, muslitos de pollo empanados, fruta.	DÍA 25 - Ensalada César ●●●●● - Puré de calabaza ● - Magro en tacos con salsa de tomate casera - Fruta del tiempo R. Brocoli con bechamel ●● - Pan ● Recomendación Cena: Verduras plancha, pescado azul, fruta.	DÍA 26 - Ensalada de: Lechuga, pepino, espárragos, aceitunas y atún ●● - Espaguetis con salsa boloñesa casera ●● - Hamburguesa a la plancha con ketchup y salteado de judías verdes ●●●●● - Fruta del tiempo R. Puré de calabacín - Pan integral ● Recomendación Cena: Ensalada completa, varitas de merluza, lácteo.	DÍA 27 - Ensalada de: Mezclum con manzana y tomate cherry ● - Olleta Alicantina - Tortilla española con porción de quesito ●● - Fruta del tiempo R. Brocoli con bechamel ●● - Pan ● Recomendación Cena: Ensalada completa, filete ternera, fruta.	VALOR SEMANAL: Energía: 765 Kcal Grasa: 29,1 g Proteína: 31,2 g HC: 78,9 g

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			TOTS ELS DIES: Hi haurà a disposició dels xiquets que així ho vullguen: FRUITA DEL TEMPS	
DIA 2 Ensalada de: encisam, dacsà, carlota ratllada, formatge i pernil york Fesols amb arròs integral Truita de carabasseta amb rodanxa de polit Fruita del temps R. Bledes saltades	DIA 3 Ensalada de: Encisam, dacsà i brots de soja Fideuà amb gambeta i calamar Croquetes de pernil, Rodanxa de pernil york i porció de quesito logurt /Fruita R. Espinacs amb allada	DIA 4 Ensalada César Sopa de bullit Bullit complet Fruita del temps R. Coliflor amb beixamel	DIA 5 Ensalada de: tomaca, verat i olives Macarrons ECO carbonara Peix de llotja (Aladroc) amb verdures en crudité Suc de taronja natural R. Fesols verds	DIA 6 Ensalada de: mezclum amb poma i tomaca cherry Entremesos variats (amb pastisset de forn) Mandonguilles casolanes en el seu suc amb verdures i creïlles donat Fruita del temps R. Brocoli amb ajitos
DIA 9 Ensalada de: encisam, cogombre, espàrrecs, olives i tonyina. Llenties ECO Castellana Truita espanyola amb ratatouille Fruita del temps R. Fesols verds	DIA 10 Ensalada de: Encisam, dacsà i brots de soja Arròs de l'horta Lluç al forn amb salsa verda logurt /Fruita R. Coliflor amb allada	DIA 11 Ensalada de: encisam, dacsà, carlota ratllada, formatge i pernil york Sopa de estrelles amb ou cuit Cinta de llom a la jardinera amb pésols saltats Fruita del temps R. Bledes saltades	DIA 12 Ensalada César Estofat de vedella amb macarrons Fogoner al forn sobre llit de creïlles Fruita del temps R. Brocoli amb beixamel	DIA 13 Ensalada de: mezclum amb poma i tomaca cherry Purè de carabasseta Fajitas de pollastre Fruita del temps R. Purè de carabasseta
DIA 16 Ensalada César Llenties amb verdures Llom adobat a la planxa amb carlotes baby Fruita del temps R. Coliflor amb beixamel	DIA 17 Ensalada de: tomaca, verat i olives Arròs cubana amb tomaca Ou cuit amb salsitxes logurt/ Fruita R. Espinacs amb allada	DIA 18 Ensalada de: mezclum amb poma i tomaca cherry Tallarines saltades amb verdures Abadejo a la romana Fruita del temps R. Brocoli amb alls	DIA 19 Ensalada de: encisam, dacsà, carlota ratllada, formatge i pernil york Purè de llegums amb verdures Cuixa de pollastre a les fines herbes amb creïlla rostida Fruita del temps R. Bledes saltades	DIA 20 Ensalada de: encisam, cogombre, espàrrecs, olives i tonyina. Lasanya de tonyina Peix de llotja (Abadeget) amb tomaques cherry Fruita del temps R. Purè de verdures
DIA 23 Ensalada de: Encisam, dacsà i brots de soja Sopa de fideus integrals amb cigrons Pits de pollastre fresques amb arrebossat casolà i creïlles fregides Fruita del temps R. Coliflor amb allada	DIA 24 Ensalada de: encisam, dacsà, carlota ratllada, formatge i pernil york Arròs Caldós Lluç al forn sobre llit de creïlles logurt / Fruita R. Fesols tendres	DIA 25 Ensalada César Purè de carabassa Magre en tacs amb salsa de tomaca casolana Fruita del temps R. Brocoli amb beixamel	DIA 26 Ensalada de: encisam, cogombre, espàrrecs, olives i tonyina. Espaguetis amb salsa bolonyesa casolana Hamburguesa a la planxa amb quètxup i saltat de fesols tendres Fruita del temps R. Purè de carabasseta	DIA 27 Ensalada de: mezclum amb poma i tomaca cherry Olleta Alacantina Truita espanyola amb porció de quesito Fruita del temps R. Brocoli amb beixamel