

MENÚ COMEDOR FEBRERO 2026

MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY	
2	Fruta	3	Crudité de verduras con hummus	4	RPS PLATE Fruta	5	Fruta	6	Fruta
Arroz con verduras Merluza a la marinera con ensalada Fruta		Lentejas ecológicas a la jardinera Tortilla de patatas con ensalada Fruta		Coliflor con bechamel Filete de pollo al ajillo con cous-cous Fruta		Alubias blancas con verduras Palometa al horno con tomate y ensalada Fruta		Macarrones integrales en salsa aurora Albóndigas guisadas con verduras Yogur	
Sándwich integral (jamón cocido o queso)		Fruta		Pan integral con pavo cocido		Yogur natural sin azúcar		Pan integral con tomate triturado	
9	Fruta	10	Fruta	11	RPS PLATE Crudité de verduras y hummus	12	Fruta	13	Fruta
Espaguetis intergales al pesto Salmón en papillote de verduras Fruta		Alubias pintas guisadas con verduras Jamoncitos de pollo teriyaki al horno con arroz y ensalada Fruta		Brócoli rehogado con jamón Hamburguesa de ternera con patatas pochadas al horno Ensalada de quinoa Fruta		Arroz integral meloso con pollo y verduras Lomo de bacalao en salsa de piquillos y ensalada Yogur		Sopa de cocido Cocido completo (Garbanzos, pollo, chorizo, ternera y verduras) Fruta	
Yogur natural sin azúcar		Pan integral con tomate triturado		Leche y bizcocho casero		Sándwich integral (jamón cocido o queso)		Pan integral con quesito	
16		17		18		19		20	
NO LECTIVO		NO LECTIVO		NO LECTIVO		NO LECTIVO		NO LECTIVO	
23	Fruta	24	Fruta	25	RPS PLATE Crudité de verduras y hummus	26	Fruta	27	Fruta
Coditos integrales a la carbonara Guisantes salteados con cebollita Fruta		Crema de calabacín y patata Tirabuzones de merluza con ensalada Fruta		Judías verdes rehogadas con cebolla Pavo estofado a la jardinera con patata al horno Fruta		Judías blancas con verduras Huevos fritos con pisto y ensalada Fruta		Arroz con tomatada casera Merluza en salsa verde con ensalada Yogur	
Pan integral con pavo cocido		Yogur natural sin azúcar		Fruta		Pan integral con tomate triturado		Pan integral con pavo cocido	

Dos días a la semana el pan será integral.

Estos menús han sido validados dietéticamente por Noemí Aparicio Fernández, licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Biología.