

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 intergalos 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	NO LECTIVO	17	NO LECTIVO	18	NO LECTIVO	19	NO LECTIVO	20	NO LECTIVO					
23		24		25		26		27						
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.