

# MENÚ ESCOLAR FEBRERO 2024



## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

**TOMA 5 RACIONES DE FRUTAS Y VERDURAS AL DÍA**



**REALIZA DEPORTE A DIARIO PARA CUIDAR A TU CORAZÓN**



Crema de verduras hortelana  
Albóndigas de pollo en salsa con menestra  
Pan y Fruta

5

Lentejas con zanahorias  
Tortilla francesa con quesitos  
Pan integral y Fruta

6

Patatas estofadas con carne de cerdo  
Merluza a las finas hierbas con calabacín  
Pan y Lácteo

7

Garbanzos con calabaza  
Croquetas de jamón y remolacha aliñada  
Pan integral y Fruta

1

Macarrones a la boloñesa  
Mini flamenquines al horno y zanahorias aliñadas  
Pan integral y Fruta

8

Arroz a la cubana con huevo cocido  
Filete de lomo de cerdo adobado en salsa con patatas al horno  
Pan y Lácteo

2

Patatas con chocos  
Lomo de cerdo adobado al limón con calabacín  
Pan y Fruta

12

Macarrones con tomate orégano  
Albóndigas mixtas a la jardinera  
Pan integral y Fruta

13

Sopa de picadillo con arroz (jamón y huevo cocido)  
Merluza en salsa a la naranja con coliflor  
Pan y Lácteo

14

Crema de calabacín y puerro  
Tortilla de patatas con cebolla y tomate a rodajas  
Pan integral y Fruta

15

Lentejas con zanahorias  
Mini empanadillas de atún al horno con ensalada tipo 2  
Pan y Lácteo

16

Crema de calabaza y zanahoria  
Filete de lomo de cerdo en tomate con judías verdes  
Pan y Fruta

19

Alubias con verduras  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Pan integral y Fruta

20

Patatas con alcachofas  
Pechuga de pollo en salsa a la jardinera  
Pan y Lácteo

21

Lentejas con zanahorias  
Hamburguesa mixta en salsa con ensalada tipo 3  
Pan integral y Fruta

22

Macarrones con tomate y queso rallado  
Pizza de jamón de york  
Pan y Lácteo

23

**FESTIVO**

26

**FESTIVO**

27

**FESTIVO  
DÍA DE  
ANDALUCÍA**

28

Patatas estofadas con verduras  
Pechuga de pollo en salsa de la abuela con zanahorias baby  
Pan integral y Fruta

29

**MENÚ  
ENTERO**

PE

Ensalada tipo 1: lechuga romana, zanahoria rallada y tomate.

Ensalada tipo 2: lechuga romana, maíz y rodajas de aceitunas verdes

Ensalada tipo 3: lechuga romana, maíz y remolacha rallada.

[www.dmaritainfantil.com](http://www.dmaritainfantil.com)

**SOMOS AGUA:** El 70% de nuestro cuerpo es agua, imprescindible para hidratar todos nuestros órganos y eliminar toxinas. Apostar por el agua como bebida familiar es sinónimo de salud. Los zumos de frutas naturales son una buena opción, pero nunca deben sustituir el consumo mínimo diario de agua.



Ana Pemán Pérez-Serrano  
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética  
Licenciada en Ciencia Y Tecnología de Alimentos  
Nº Col: AND-00572

