



MENÚ FEBRERO 2026



Tipo de plato	2 LUNES	3 MARTES	4 MIÉRCOLES	5 JUEVES	6 VIERNES
Primer plato	Lentejas ecológicas con verduras y Arroz integral (1)	Arroz 3 delicias (5, 10, 12)	Verdura de temporada con patatas	Macarrones con atún y salsa de tomate (1, 4)	Crema de calabaza
Segundo plato	Huevos al plato (5)	Bacalao a la Vizcaína (1,4)	Estofado de Ternera a la jardinera	Tortilla con longaniza (5,13)	Pechuga de pollo con salsa de manzana
Guarnición	Tomate, queso, jamón y guisantes	Ensalada: Lechuga (14)	Patata dado cebolla, puerro, y zanahoria	Ensalada: Lechuga zanahoria (14)	Ensalada: Lechuga (14)
Postre	Fruta	Fruta	Yogur natural (13) O Fruta	Fruta	Fruta
Pan (1)	Blanco	Integral	Blanco	Integral	Blanco
Propuesta de Cena	<i>Broqueta de pescado con verduras y ensalada lácteo y pan</i>	<i>Berenjena al horno con pollo , lácteo y pan</i>	<i>Menestra de verduras con jamón, fruta y pan</i>	<i>Hamburguesa vegetal con tomate y pepino, lácteo y pan</i>	<i>Humus de garbanzos y remolacha y ensalada, lácteo y pan</i>

• VER ANEXO FINAL CON INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Alérgenos : 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos





MENÚ FEBRERO 2026



	9 LUNES	10 MARTES	11 MIÉRCOLES	12 JUEVES	13 VIERNES
Primer plato	Pasta (espirales) a la carbonara (1, 10, 13)	Garbanzos (4) con bacalao y verduras	Sopa de cocido (1,12)	Arroz integral con verduras (12)	Judía verde Con patatas
Segundo plato	Centro de merluza a la Agustina (4)	Huevos al horno con salsa de tomate (5)	Contra muslo de pollo asado	Palometa en salsa verde (4)	Magro empanado (1,5)
Guarnición	Salsa: tomate, cebolla, puerro y champiñones	Salsa: ajo, cebolla y puerro	Ensalada: Lechuga y maíz (14)	Ensalada: Lechuga y tomate (14)	Ensalada; lechuga (14)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural (13) O Fruta
Pan (1)	Blanco	Integral	Blanco	Integral	Blanco
Propuesta de Cena	<i>Crema de calabacín y croquetas de pollo, lácteo y pan</i>	<i>Arroz con verduras y gallo a la plancha, lácteo y pan</i>	<i>Merluza a la plancha y verduras lácteo y pan</i>	<i>Pollo guisado con salsa de tomate y verduras, lácteo y pan</i>	<i>Tortilla francesa con ensalada ilustrada, fruta y pan</i>

• VER ANEXO FINAL CON INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Alérgenos : 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos





MENÚ FEBRERO 2026



Tipo de plato	16 LUNES	17 MARTES	18 MIÉRCOLES	19 JUEVES	20 VIERNES
Primer plato	Crema de verduras	Verdura de temporada con patatas	Lentejas ecológicas con quínoa y verduras (1,10,13)	Paella Mixta (4,12)	Pasta integral Con chorizo (1,10,13)
Segundo plato	Lomo a la riojana	Salmón finas hierbas (4)	Tortilla de patatas (5,13)	Chuleta De pavo	Bacalao con salsa de verduras (4)
Guarnición	Salsa con pimientos y cebolla	Cebolla puerro, zanahoria, y eneldo (4)	Ensalada: lechuga (14)	Ensalada: lechuga y maíz (14)	Ensalada: lechuga y zanahoria (14)
Postre	Fruta	Yogur natural (13) O Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Pan (1)	Blanco	Integral	Blanco	Integral	Blanco
Propuesta de Cena	<i>Croquetas de pescado con salsa de tomate casera, lácteo y pan</i>	Pollo con patatas , fruta y pan	Pasta integral con atún, lácteo y pan	Filete de pescadilla a la plancha con ensalada, lácteo y pan	Sopa de verduras, pavo a la plancha, lácteo y pan

• VER ANEXO FINAL CON INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Alérgenos: 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos





MENÚ FEBRERO 2026



Tipo de plato	23 LUNES	24 MARTES	25 MIÉRCOLES	26 JUEVES	27 VIERNES
Primer plato	Macarrones con salsa de tomate y queso (1, 13)	Sopa de verduras (1)	Alubias blancas con tomate natural y orégano	Arroz Integral a la campesina (10, 12) (champiñón, maíz, cebolla y puerro)	Verdura de temporada Con patatas
Segundo plato	Salmón finas hierbas (4)	Pavo estofado con calabacín	Tortilla de patatas (5)	Filete de merluza a la andaluza (4)	Hamburguesa mixta
Guarnición	Cebolla puerro, zanahoria, y eneldo (4)	Patata dado	Ensalada: Lechuga y maíz (14)	Ensalada: lechuga y tomate (14)	Ensalada: lechuga (14)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural (13) O Fruta
Pan(1)	Blanco	Integral	Blanco	Integral	Blanco
Propuesta de Cena	Legumbre con verduras, lácteo y pan	Tortilla de patatas y lechuga, lácteo y pan	Crema de verduras, pescado a la plancha, fruta y pan	Filete de ternera con verduras, lácteo y pan	Puré de patata con gallo a la plancha, lácteo y pan

• VER ANEXO FINAL CON INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Alérgenos: 1-Gluten 2-Crustaceos 3-Moluscos 4-Pescado 5-Huevos 6-Altramuces 7-Mostaza 8-Cacahuetes 9- frutos secos 10-Soja 11-sésamo 12-Apio 13- leche y derivados 14- Sulfitos





***ANEXO AL MENÚ - OBSERVACIONES GENERALES A TODAS LAS SEMANAS**

La verdura de temporada es: acelga, borraja, col de hoja, coliflor, brócoli. Todos los platos están cocinados con aceite oliva .

Los ingredientes de las ensaladas como de las guarniciones pueden verse modificados según la temporada. El arroz es Brazal , producto de Aragón.

Fruta variada según temporada: Naranja, mandarina, manzana, pera, plátano, fresa, sandía , melón, ciruela, nectarina, melocotón.

Las propuestas de cena son un ejemplo de complementarlos alimentos según el menú del mediodía.

Se recomienda que dentro de lo posible se complemente la alimentación diaria en los almuerzos y las meriendas con fruta fresca.

Los menús están realizados siguiendo la normativa establecida para Comedores escolares - puede consultarse dicha normativa en; -

B.O.E. 16/04/2025 nº 92 - <https://www.boe.es/eli/es/rd/2025/04/15/315>

VALORACIÓN NUTRICIONAL MENÚ FEBRERO 2026 - De 3 a 8 años



	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1er Plato; Kcal	234	279	136	208	154
2º Plato; Kcal	213	158	158	211	292
Postre , Kcal		20	111	25	
Guarnición	70	69	70	69	70
Pan	71	71	112	71	71
Total	588	597	587	584	587
Proteinas %	23	22	22	23	22
Lipidos %	27	27	29	28	27
Hidratos de carbono %	50	51	49	49	51
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1er Plato; Kcal	275	234	135	224	151
2º Plato; Kcal	138	182	147	162	256
Guarnición	40	30	120	50	
pan	70	69	70	69	70
Postre , Kcal	71	71	71	71	112
Total	594	586	543	576	589
Proteinas %	21	23	22	21	21
Lipidos %	28	28	27	28	29
Hidratos de carbono %	51	49	51	50	50
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1er Plato; Kcal	204	136	224	271	251
2º Plato; Kcal	215	223	232	148	158
Guarnición	71	112	71	71	71
Pan	35	40		25	25
Postre , Kcal	70	69	70	69	70
Total	595	580	597	584	575
Proteinas %	22	22	23	22	22
Lipidos %	27	28	27	27	28
Hidratos de carbono %	51	50	50	51	50
	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1er Plato; Kcal	236	127	177	270	136
2º Plato; Kcal	223	209	232	164	259
Guarnición		111	25	25	20
Pan	70	69	70	69	70
Postre , Kcal	71	71	71	71	112
Total	600	587	575	599	597
Proteinas %	22	22	23	21	22
Lipidos %	29	27	28	29	28
Hidratos de carbono %	49	51	49	50	50

VALORACIÓN NUTRICIONAL MENÚ FEBRERO 2029 - De 9 a 12 años



	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1er Plato; Kcal	304	363	177	270	200
2º Plato; Kcal	277	205	205	274	380
Postre , Kcal		26	144	33	
Guarnición	90	89	90	89	90
Pan	91	91	112	91	91
Total	762	774	728	757	761
Proteinas %	23	22	22	23	22
Lipidos %	27	27	29	28	27
Hidratos de carbono %	50	51	49	49	51
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1er Plato; Kcal	358	304	176	291	196
2º Plato; Kcal	179	237	191	211	333
Guarnición	52	39	156	65	
pan	90	89	90	90	90
Postre , Kcal	91	91	91	91	112
Total	770	760	704	748	731
Proteinas %	21	23	22	21	21
Lipidos %	28	28	27	28	29
Hidratos de carbono %	51	49	51	50	50
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1er Plato; Kcal	265	177	291	352	326
2º Plato; Kcal	280	290	302	192	205
Guarnición	91	112	91	91	91
Pan	46	52		33	32
Postre , Kcal	90	89	90	89	90
Total	772	720	774	757	744
Proteinas %	22	22	23	22	22
Lipidos %	27	28	27	27	28
Hidratos de carbono %	51	50	50	51	50
	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1er Plato; Kcal	307	165	230	351	177
2º Plato; Kcal	290	272	302	213	337
Guarnición		144	33	33	26
Pan	90	89	90	89	90
Postre , Kcal	91	91	91	91	112
Total	778	761	746	777	742
Proteinas %	22	22	23	21	22
Lipidos %	29	27	28	29	28
Hidratos de carbono %	49	51	49	50	50