























# FEBRERO





















## Menú BASAL SIN LACTOSA Centro Educativo Altair Rotatorio Invierno Febrero de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>Estofado de Judías Michigan</b> con Patatas, Puerros y Zanahorias</p> <p>NO CONTIENE ALERGENOS </p>	<p><b>Coditos con Tomate</b> (salsa de tomate frito de elaboración casera)</p> <p> </p>	<p><b>Sopa de Puchero de Garbanzos con Arroz</b> (Arroz, garbanzos, patatas, zanahorias y pollo)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Lentejas Estofadas con Verduras</b> (Patatas, calabaza, zanahorias)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Arroz con Salsa de Tomate Frito de elaboración casera</b></p> <p>NO CONTIENE ALÉRGEN </p>
<p><b>Filete de Merluza</b> (Merluccius Merluccius) Horneado con salsa casera de verduras Zanahoria rallada de guarnición</p> <p> </p>	<p><b>Tortilla Francesa</b> (Huevo Talla L) Ensalada de lechuga cortada en juliana de guarnición.</p> <p>  </p>	<p><b>Jamoncitos de Pollo</b> Guisados en Salsa Rodajas de Tomate natural de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Filetes de Bacalao</b> (Gadus Morhua) con Salsa de Tomate Frito de elaboración casera Daditos de Calabacín horneados de guarnición</p> <p> </p>	<p><b>Albóndigas Mixtas de Pollo- Vacuno</b> sin alérgenos con salsa casera (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias) Guisantes salteados con ajito de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno
Lunes 03 de Febrero de 2025	Martes 04 de Febrero de 2025	Miércoles 05 de Febrero de 2025	Jueves 06 de Febrero de 2025	Viernes 07 de Febrero de 2025

<p><b>Estofado de Garbanzos con Patatas</b> (Patatas, pimienta roja y zanahorias)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Arroz con Verduras</b> y salsa de tomate frito de elaboración casera</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Menestra guisada en amarillo (cúrcuma)</b> Judía verde plana, zanahoria, guisantes, coliflor, champiñón y alcachofa</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p><b>Sopa de Puchero de Garbanzos con Fideos</b> (fideos, garbanzos, patatas, zanahorias y pollo)</p> <p> </p>	<p><b>Coditos salteados con dados de zanahoria</b> y salsa de tomate frito de elaboración casera</p> <p> </p>
<p><b>Tortilla de Calabacín</b> Floretes de Brócoli al vapor</p> <p>  </p>	<p><b>Filetes de Cinta de Lomo de Cerdo Adobada</b> a la plancha Judías verdes rehogadas de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Filete de Bacalao</b> (Gadus Morhua) al ajillo Daditos de Calabacín rehogados</p> <p> </p>	<p><b>Jamoncitos de Pollo guisados</b> con salsa casera de verduras (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias) Rodajas de Tomate natural de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Albóndigas de Merluza</b> sin alérgenos en salsa casera Daditos de Patatas horneadas de guarnición</p> <p> </p>
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno
Lunes 10 de Febrero de 2025	Martes 11 de Febrero de 2025	Miércoles 12 de Febrero de 2025	Jueves 13 de Febrero de 2025	Viernes 14 de Febrero de 2025



<b>MENÚ FABRICADO POR:</b>	<b>MENÚ DISEÑADO POR:</b>	<b>MENÚ VALIDADO POR:</b>
 	Elena Carrasco Cabanillas Grado en Nutrición Humana y Dietética asociada a CODINAN Colegiada N° AND-01220 	Carmen Gómez Linares Ing.Téc. Agrícola Esp. Calidad, P. Alimentos y Nutrición  
<b>NRS: 26.015661/SE</b>	Febrero Año 2025	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Potaje de <b>Judías Michigan</b> con patatas y fondo de verduras</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Tiburones de pasta salteados con pisto de verduras</b> y salsa de tomate frito de elaboración casera</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Guisantes estofados con zanahorias y patatas</b></p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Lentejas Estofadas con Verduras</b> (Patatas, calabaza, zanahorias)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Crema de Calabacín</b> (Calabacín, patatas, puerro y cebolla)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>
<p><b>Tortilla</b> Casera de Patatas Ensalada de Lechuga cortada en juliana de guarnición</p> <p>  </p>	<p>Churrasco de <b>Pollo</b> asados al horno Aliño de rodajas de Tomate natural de guarnición.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p>Filete de Cinta de Lomo de <b>Cerdo</b> Adobado a la plancha Floretes de Brócoli al vapor de guarnición.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p>Daditos de <b>Bacalao</b> (Gadus Morhua) horneados con salsa de zanahorias Zanahorias baby al vapor de guarnición</p> <p> </p>	<p><b>Albóndigas Mixtas de Pollo- Vacuno</b> sin alérgenos con salsa casera (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias) Daditos de Calabaza horneadas al ajillo de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno
Lunes 17 de Febrero de 2025	Martes 18 de Febrero de 2025	Miércoles 19 de Febrero de 2025	Jueves 20 Febrero de 2025	Viernes 21 de Febrero de 2025

<p><b>Guiso de Patatas con Tiras de Pota troceada</b></p> <p> </p>	<p>Sopa de Puchero de <b>Garbanzos</b> (fideos, garbanzos, patatas, zanahoria)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Guiso de Arroz caldoso con Verduras</b> (brócoli, guisantes, calabacín y zanahorias) y fondo elaborado a base de tomate, pimiento, cebolla, puerro.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p><b>Lentejas Estofadas con verduras</b> (patatas, zanahorias y calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	
<p><b>Carne Mechada</b> de elaboración casera en Salsa (Lomo de cerdo) Ensalada de Lechuga cortada en juliana de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS </p>	<p><b>Albóndigas de Merluza</b> sin alérgenos en salsa casera Patatas en daditos horneadas de guarnición</p> <p> </p>	<p><b>Tortilla Francesa</b> (Huevo Talla L) Rodajas de Zanahorias cocidas y aliñadas de guarnición.</p> <p>  </p>	<p>Daditos de <b>Bacalao</b> (Gadus Morhua) salteados con salsa amarilla Daditos de Calabacín rehogados de guarnición</p> <p> </p>	
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	
Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	Fruta de Invierno	
Lunes 24 de Febrero de 2025	Martes 25 de Febrero de 2025	Miércoles 26 de Febrero de 2025	Jueves 27 de Febrero de 2025	

