



MENÚ MES de FEBRERO 2012 COLEGIO ESCUELAS PIAS DE CASTELLÓN
MENÚ MES de FEBRER 2012 COL·LEGI ESCOLA PIA DE CASTELLÓ



1ª SEMANA / 1ª SETMANA

				MIÉRCOLES 1 DIMECRES 1	<i>Kcal 1027 Prot. 38,5gr</i> <i>HC 141gr Lip 34gr</i>	JUEVES 2 DIJOUS 2	<i>Kcal 756 Prot. 28,5gr</i> <i>HC 104gr Lip 25gr</i>	VIERNES 3 DIVENDRES 3	<i>Kcal 837 Prot. 29gr</i> <i>HC 117gr Lip 26gr</i>
1º				Sopa de fideos <i>Sopa de fideus</i>		Arroz con tomate <i>Arròs amb tomaca</i>		Puré de verduras <i>Puré de verdures</i>	
2º				Hamburguesa con ketchup <i>Hamburguesa amb ketchup</i>		Salchichas frankfurt con patatas <i>Salchiches frankfurt amb creïlles</i>		Lomo adobado con tomate <i>Llom adobat amb tmaca</i>	
POSTRE <i>POSTRES</i>				Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>	
CENA RECOMENDADA <i>SOPAR RECOMANAT</i>				Puré de verduras y pescado azul <i>Puré de verdures amb peix blau</i>		Alcachofa salteada y huevo dejado caer <i>Carxofa saltejada i ou deixat caure</i>		Espinacas gratinadas y pechuga pollo <i>Espinacs gratinats i pit de pollastre</i>	

2ª SEMANA / 2ª SETMANA

	LUNES 6 DILLUNS 6	<i>Kcal 980 Prot. 37gr</i> <i>HC 135gr Lip 33gr</i>	MARTES 7 DIMARTS 7	<i>Kcal 832 Prot. 29gr</i> <i>HC 110gr Lip 35gr</i>	MIÉRCOLES 8 DIMECRES 8	<i>Kcal 1027 Prot. 38,5gr</i> <i>HC 141gr Lip 34gr</i>	JUEVES 9 DIJOUS 9	<i>Kcal 756 Prot. 28,5gr</i> <i>HC 104gr Lip 25gr</i>	VIERNES 10 DIVENDRES 10	<i>Kcal 837 Prot. 29gr</i> <i>HC 117gr Lip 26gr</i>
1º	Guisado de costillas <i>Guisat de costelles</i>		Potaje de garbanzos <i>Potatge de cigrons</i>		Canelones <i>Canelons</i>		Hervido valenciano <i>Bullit valencià</i>		Pella valenciana <i>Paella valenciana</i>	
2º	Tortilla de queso <i>Truita de formatge</i>		Pollo al horno con patatas <i>Pollastre al forn amb creïlles</i>		Varitas de pescado con tomate <i>Varetes de peix amb tomaca</i>		Albóndigas jardinera <i>Mandonguilles jardinera</i>		Entremeses variados <i>Entremesos variats</i>	
POSTRE <i>POSTRES</i>	Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>	
CENA RECOMENDADA <i>SOPAR RECOMANAT</i>	Hervido y pescado plancha <i>Bullit i peix blau</i>		Espinacas gratinadas y ternera plancha <i>Espinacs gratinats i vedella planxa</i>		Amanida y sandwich mixto <i>Amanida i sandwich mixto</i>		Puré zanahoria y pescado azul <i>Puré carlota i peix blau</i>		Sopa de pasta y tortilla francesa <i>Sopa de pasta i truita francesa</i>	



TODOS LOS DÍAS EL MENÚ IRÁ ACOMPAÑADO DE ENSALADA
 TOTOS ELS DIES EL MENÚ ANIRÀ ACOMPANYAT D'AMANIDA

COLEGIO ESCUELA PIA DE CASTELLÓN
 COL·LEGI ESCOLA PIA DE CASTELLÓ



MENÚ MES de FEBRERO 2012 COLEGIO ESCUELAS PIAS DE CASTELLÓN
 MENÚ MES de FEBRER 2012 COL·LEGI ESCOLA PIA DE CASTELLÓ



3ª SEMANA / 3ª SETMANA

	LUNES 13 DILLUNS 13	Kcal 980 Prot. 37 gr HC 135 gr Lip 33gr	MARTES 14 DIMARTS 14	Kcal 832 Prot. 29gr HC 117 gr Lip 28gr	MIÉRCOLES 15 DIMECRES 15	Kcal 832 Prot. 33gr HC 112 gr Lip 28gr	JUEVES 16 DIJOURS 16	Kcal 798 Prot. 26gr HC 104gr Lip 27gr	VIERNES 17 DIVENDRES 17	Kcal 837 Prot.29gr HC 117gr Lip 28gr
1º	Tallarines napolitana <i>Tallarins napolitana</i>		Sopa maravilla <i>Sopa meravella</i>		Puré de patatas y zanahoria <i>Puré de creïlles y carlota</i>		Arroz al horno <i>Arròs al forn</i>		Patatas a la riojana <i>Creïlles a la riojana</i>	
2º	Lomos de merluza en salsa <i>Lloms de lluç amb salsa</i>		Tortilla paisana <i>Truita paisana</i>		Longanizas con pisto <i>Llonganisses amb samfaina</i>		Queso fresco y tomate <i>Formatge fresc y tomaca</i>		Pollo al horno con verduras <i>Pollastre al forn amb verdures</i>	
POSTRE POSTRES	Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta o lácteo <i>Fruita o làcti</i>		Fruta y leche <i>Fruita i llet</i>	
CENA RECOMENDADA SOPAR RECOMANAT	Hervido y pechuga de pollo <i>Sopa de pluja amb pizza</i>		Puré de verduras y sandwich <i>Puré de verdures i sandwich</i>		Sopa de pasta y pizza <i>Sopa de pasta i pizza</i>		Ensalada y ternera <i>Amanida i vedella planxa</i>		Crema de calabacín y carne empanada <i>Crema de carbassò i carn empana</i>	

4ª SEMANA / 4ª SETMANA

	LUNES 20 DILLUNS 20	Kcal 880 Prot. 21gr HC 112gr Lip 29gr	MARTES 21 DIMARTS 21	Kcal 814 Prot. 30 gr HC 112gr Lip 27gr	MIÉRCOLES 22 DIMECRES 22	Kcal 980 Prot. 37 gr HC 135 gr Lip 33 gr	JUEVES 23 DIJOURS 23	Kcal 892 Prot. 27 gr HC 100 gr Lip 30gr	VIERNES 24 DIVENDRES 24	Kcal 789 Prot. 27 gr HC 110 gr Lip 26 gr
1º	Puré de calabacín <i>Puré de carbassò</i>		Sopa de fideos <i>Sopa de fideus</i>		Lentejas con verduras <i>Llentilles de verdures</i>		Espirales carbonara <i>Espirals carbonara</i>		Arroz con verduras <i>Arròs amb verdures</i>	
2º	Hamburguesa con tomate <i>Hamburguesa amb tomaca</i>		Lomo al horno con patatas <i>Llom al forn amb creïlles</i>		Tortilla de atún <i>Truita de tonyina</i>		Pechuga de pavo con verduras <i>Pit de titot amb verdures</i>		Merluza rebozada con maionesa <i>Lluç arrebossada amb maionesa</i>	
POSTRE POSTRES	Lácteo <i>Làcti</i>		Fruta y leche <i>Fruita i llet</i>		Lácteo <i>Làcti</i>		Fruta y leche <i>Fruita i llet</i>		Lácteo <i>Làcti</i>	
CENA RECOMENDADA SOPAR RECOMANAT	Sopa de pasta y pescado azul <i>Sopa de pasta i peix blau</i>		Hervido de acelgas y ternera <i>Hervido de bledes i vedella</i>		Puré de zanahoria y san jacobó <i>Puré de carlota i Sant Jacobo</i>		Ensalada y tortilla con york <i>Amanida i truita amb york</i>		Sopa de pasta y pescado azul <i>Sopa de pasta amb peix blau</i>	

4ª SEMANA / 4ª SETMANA

	LUNES 27 DILLUNS 27	Kcal 794 Prot. 30gr HC 109gr Lip 26,5gr	MARTES 28 DIMARTS 28	Kcal 831 Prot. 31 gr HC 114gr Lip 28gr	MIÉRCOLES 29 DIMECRES 29	Kcal 780Prot. 29gr HC 106gr Lip 27gr
1º	Macarrones boloñesa <i>Macarrons bolonyesa</i>		Sopa de cocido <i>Sopa de cuït</i>		Puré de verduras <i>Puré de verdures</i>	
2º	San Jacobo con ketchup <i>Sant Jacobo amb ketchup</i>		Tortilla española <i>Truita espanyola</i>		Pollo al horno con patatas <i>Pollastre al forn amb verdures</i>	
POSTRE POSTRES	Fruta y leche <i>Fruita i llet</i>		Lácteo <i>Làcti</i>		Lácteo <i>Làcti</i>	
CENA RECOMENDADA SOPAR RECOMANAT	Hervido valenciano y longanizas <i>Bullt valencia amb llonganisses</i>		Sopa de pasta y pescado plancha <i>Sopa pasta i peix planxa</i>		Sopa de pasta y pescado plancha <i>Sopa pasta i peix planxa</i>	

