

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2026

LA SALLE LA PURISIMA

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves  | Viernes   | Sábado  | Domingo   | Valoración   |
|--|---|---|---|---|---|---|--|
|  |   |   |   |   |   | <b>1</b><br>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos          | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |
| <b>2</b><br>Puré de verduras (patata, calabacín, zanahoria, cebolla)<br>Lomo en salsa con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos  | <b>3</b><br>Macarrones con salsa de tomate con <b>pasta integral</b><br>Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y brotes de soja<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta                     | <b>4</b><br>Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón)<br>Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y remolacha<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos  | <b>5</b><br>Sopa de fideos (patata, puerro, zanahoria, canilla, espinazo, gallina)<br>Pollo asado al jugo (cebolla, ajo, especias variadas) con zanahorias salteadas<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta            | <b>6</b><br>Guiso de alubias con verduras (patata, cebolla, zanahoria y pimentón)<br>Ventresca de merluza al ajoarriero (perejil, ajo, zumo limón, pimentón dulce) con calabacín salteado<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta  | <b>7</b><br>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta    | <b>8</b><br>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos           | VE: 3227/772<br>GT: 26<br>GS: 5<br>HC: 102<br>AZ: 20<br>PROT: 34<br>SAL: 2 |
| <b>9</b><br>Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate)<br>Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos  | <b>10</b><br>Sopa de ave (puerro, zanahoria, fideos, patata, canilla, espinazo, gallina)<br>Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y maíz<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta         | <b>11</b><br>Garbanzos estofados (calabaza, patata, judía verde, cebolla, pimentón)<br>Abadejo al horno (pimiento, cebolla y ajo) con zanahorias salteadas<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta   | <b>12</b><br>Macarrones a la napolitana con <b>pasta integral</b><br>Redondo de pavo (ajo, cebolla, especias, laurel, zanahoria) con guisantes<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta                                     | <b>13</b><br>Crema de calabacín (puerro, calabacín, patata)<br>Gratén de huevos con bechamel<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos   | <b>14</b><br>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta     | <b>15</b><br>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos<br>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos | VE: 2960/708<br>GT: 22<br>GS: 5<br>HC: 94<br>AZ: 19<br>PROT: 35<br>SAL: 2  |
| <b>16</b><br>Sopa de picadillo (fideos, patata, jamón york, puerros, zanahorias, gallina, espinazo salado, canilla salada, huevo duro)<br>Flamenquines con ensalada de lechuga y remolacha<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta | <b>17</b><br>Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón)<br>Lomo asado en salsa (ajo, cebolla, especias) con calabacín salteado<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta | <b>18</b><br>Espaguetis con salsa de tomate con <b>pasta integral</b><br>Filete de merluza en salsa verde con guisantes<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta  | <b>19</b><br>Crema de zanahoria (patata y zanahoria)<br>Albóndigas en salsa (ajo, cebolla, tomate y zanahoria) con menestra de verduras salteadas<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Fruta                               | <b>20</b><br>Paella de verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, ajo, verdes, colorantes alimentario, tomate)<br>Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos | <b>21</b><br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos<br>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta | <b>22</b><br>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos       | VE: 3296/788<br>GT: 27<br>GS: 6<br>HC: 100<br>AZ: 20<br>PROT: 33<br>SAL: 3 |
| <b>23</b><br>Puré de verduras (patata, calabacín, zanahoria, cebolla)<br>Estofado de cerdo (ajo, cebolla, patata, menestra, pim con patatas dado)<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos                                    | <b>24</b><br>Macarrones gratinados con <b>pasta integral</b><br>Abadejo al ajoarriero (perejil, ajo, zumo limón, pimentón dulce) con zanahorias salteadas<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta   | <b>25</b><br>Patatas estofadas con verduras (cebolla, pimiento, ajo, zanahoria, tomate, colorante alimentario)<br>Jamoncitos de pollo al ajillo (ajo, especias) con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta | <b>26</b><br>Guiso de cascote (alubia, garbanzos, ajo, judías verdes, calabaza, cebolla, patata, pimentón dulce)<br>Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Yogur y <b>pan integral</b><br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta | <b>27</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta   | <b>28</b><br>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta<br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos    |   | VE: 3264/781<br>GT: 28<br>GS: 6<br>HC: 88<br>AZ: 21<br>PROT: 41<br>SAL: 2  |

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)