

Febrero 2025

Nuestros menús incluyen
PAN BLANCO
y la bebida es **AGUA**.

Productos de temporada
y proximidad.



Plan de
reducción del
desperdicio.



ACEITE DE
OLIVA VIRGEN



INTEGRAL



PROXIMIDAD



RESIDUOS



OCASIONAL



ALERGIAS

mawersa
~ 1983 ~



COLEXIO
CALASANZ
PP. ESCOLAPIOS
A CORUÑA

Lunes					Martes				Miércoles				Jueves				Viernes			
3					4				5				6				7			
MACARRONES CON ATÚN Y QUESO RALLADO					ALUBIAS BLANCAS CON VERDURITAS				ARROZ CON TOMATE				BROCOLI REHOGADO				EMPEDRADO DE GARBANZOS			
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA					FILETE DE POLLO CON GUARNICION DE TOMATE ALIÑADO				PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE GUISANTES				HAMBURGUESA CON PATATAS				PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE			
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA			
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
644	29	17	93		688	45	16	92	643	32	18	87	610	19	39	55	617	41	12	88
10 DIA MUNDIAL DE LAS LEGUMBRES					11				12				13				14			
LENTEJAS A LA HORTELANA					ESPAGUETIS CON VERDURAS				CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS				JUDIAS VERDES SALTEADAS				PAELLA MIXTA			
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA					PESCADO DEL DÍA CON PATATAS AL HORNO				POLLO EN SALSA CON GUARNICION DE ARROZ INTEGRAL 				TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA				PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE			
FRUTA DE TEMPORADA					YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA			
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
678	33	13	112		680	37	10	106	641	28	10	114	648	22	33	59	647	26	22	86
17					18				19				20				21			
GUIZO DE GARBANZOS SOFRITO CON TOMATE					ARROZ CON VERDURAS				COLIFLOR CON BECHAMEL				FABADA ASTURIANA				CODITOS CON TOMATE			
RAXO DE POLLO CON CHAMPIÑONES Y PATATAS					PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE				ESCALOPE MILANESA CON PURÉ DE PATATA				PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE PISTO				TORTILLA FRANCESA DE QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y MAIZ			
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA			
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
714	39	24	90		610	27	13	98	616	30	34	50	648	41	28	58	675	27	26	83
24					25				26				27				28			
CALDO GALLEGO					FIDEUA DE VERDURAS				LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS				ARROZ CON TOMATE				CANELONES			
SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE					PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE				POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE				TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y MAIZ				PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE			
FRUTA DE TEMPORADA					YOGUR - FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA			
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
715	31	22	99		672	25	14	96	686	40	21	87	666	21	25	90	606	36	19	74