

## Menú de Febrero

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Varitas de merluza Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur o fruta	Garbanzos guisados Merluza empanada Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	656	19,5	78,4	28,9	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	692	33,9	75,7	25,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	762	32,7	73,4	35,7	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	715	41,2	90,9	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	751	26	82,9	34,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	759	37,6	83,2	26,5	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	650	33,9	76,2	19,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero celiaco

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur o fruta	Garbanzos guisados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.  
Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	656	19,5	78,4	28,9	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	692	33,9	75,7	25,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	626	32,7	56,1	25,8	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	715	41,2	90,9	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	785	28,4	94,1	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	751	26	82,9	34,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	716	35,7	77,1	25,1	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	650	33,9	76,2	19,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero alérgico al huevo

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Lomo adobado Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Filete de pollo Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Salchichas de pavo Ensalada de manzana Yogur o fruta	Garbanzos guisados Merluza empanada Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Filete de ternera Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	548	25,9	62,4	18,8	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	692	33,9	75,7	25,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	623	37,7	56,1	25,8	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	715	41,2	90,9	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	704	39,4	78,6	21,3	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	785	28,4	94,1	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	663	25,5	82,2	25,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	759	37,6	83,2	26,5	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	650	33,9	76,2	19,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero alérgico a las legumbres

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Patatas guisadas Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de zanahoria Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Bacalao en salsa verde Zanahorias salteadas Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Sopa de fideos Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Puré de verduras Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur o fruta	Sopa de menudillos Merluza empanada Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Puré de calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur o fruta	Arroz con tomate Filete de cerdo a la gallega Ensalada de zanahoria Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	628	26,4	54,7	31,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	640	18,1	77,6	27,6	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	691	33,7	87,8	20,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	623	32,7	56,1	25,8	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	642	29,2	74,2	23,4	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	715	41,2	90,9	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	751	26	82,9	34,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	582	30,4	63,6	21,1	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	508	21,1	59,9	18,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	714	26,7	107	18,1	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero alérgico al pescado

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Lomo adobado Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Filete de pollo Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Filete de ternera Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur o fruta	Garbanzos guisados Salchichas de pavo Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Filete de ternera Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Lentejas con calabaza Tortilla francesa Arroz blanco Yogur o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	656	19,5	78,4	28,9	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	610	30,5	81,9	15,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	637	41,7	53,4	27	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	694	36,1	85,9	20,8	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	751	26	82,9	34,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	676	26,2	78,9	24,2	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	715	35,3	93	21,8	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	612	27,6	69,2	21,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero alérgico proteína de leche

CURSO 20-21

				
<b>LUNES</b> 1	<b>MARTES</b> 2	<b>MIÉRCOLES</b> 3	<b>JUEVES</b> 4	<b>VIERNES</b> 5
<b>NO LECTIVO</b>	<b>FIESTA</b>	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta	Judías verdes ajoarriero Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta	Tallarines con tomate Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta
<b>LUNES</b> 8	<b>MARTES</b> 9	<b>MIÉRCOLES</b> 10	<b>JUEVES</b> 11	<b>VIERNES</b> 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta	Patatas a la Riojana Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur de soja o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta	Lacitos con tomate Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta
<b>LUNES</b> 15	<b>MARTES</b> 16	<b>MIÉRCOLES</b> 17 V	<b>JUEVES</b> 18	<b>VIERNES</b> 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur de soja o fruta	Garbanzos guisados Merluza empanada Ensalada mixta Fruta	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta
<b>LUNES</b> 22	<b>MARTES</b> 23	<b>MIÉRCOLES</b> 24	<b>JUEVES</b> 25	<b>VIERNES</b> 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur de soja o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	656	19,5	78,4	28,9	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	648	33,8	91,1	14,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	682	31,2	56,8	33,9	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	678	38,7	90,9	15,3	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	671	24,5	66,3	32,2	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	759	37,6	83,2	26,5	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	649	33,9	76	19,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero alérgico frutos secos

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Tortilla de patata Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines gratinados Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la Riojana Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos gratinados Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur o fruta	Garbanzos guisados Merluza empanada Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas a cuadros Fruta y leche	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas fritas Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de patata Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	656	19,5	78,4	28,9	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	692	33,9	75,7	25,5	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	623	32,7	56,1	25,8	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	715	41,2	90,9	18,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	751	26	82,9	34,1	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	759	37,6	83,2	26,5	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	804	30,9	93,3	25,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	650	33,9	76,2	19,7	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	612	26,9	66	25,2	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo

## Menú de Febrero Bajo en grasa

CURSO 20-21



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO LECTIVO	FIESTA	Alubias blancas con verduras Muslitos de pollo al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Judías verdes ajoarriero Tortilla francesa Ensalada de manzana Fruta y leche	Tallarines con tomate Bacalao en salsa verde Guisantes salteados Fruta y leche
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Puré de calabacín Magro en salsa Arroz integral Fruta y leche	Patatas a la jardinera Merluza al horno Ensalada de zanahoria Yogur desnatado o fruta	Garbanzos con verduras Pollo asado Ensalada mixta Fruta y leche	Lacitos con tomate Bacalao al horno Ensalada de maíz Fruta y leche	Alubias pintas con arroz Tortilla de jamón Tomate aliñado Fruta y leche
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17 V	JUEVES 18	VIERNES 19 V
Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de lomo fresco plancha Judías verdes al ajillo Fruta y leche	Arroz con pollo Tortilla de calabacín Ensalada de manzana Yogur desnatado o fruta	Garbanzos guisados Merluza al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Puré de coliflor y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patatas fritas Fruta y leche	Arroz con tomate Merluza a la bilbaína Zanahorias baby Fruta y leche
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26 V
Sopa de estrellitas Albóndigas jardinera Papas al vapor Fruta y leche	Lentejas con calabaza Merluza en salsa de tomate Arroz blanco Yogur desnatado o fruta	Judías verdes Filete de cerdo a la gallega Patatas al vapor Fruta y leche	Sopa de fideos Jamoncitos de pollo en adobo Papas al vapor Fruta y leche	Puré de verdura Tortilla de jamón Pisto Fruta y leche

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, S.A. - [signotf@signose.com](mailto:signotf@signose.com)

### INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENU DE FEBRERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	
Lunes 1					<b>NO LECTIVO</b>
Martes 2					<b>FIESTA</b>
Miercoles 3	672	27,9	63,6	29	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Jueves 4	537	16,5	60,8	22,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 5	648	33,8	91,1	14,4	Verdura,carne,fruta o lácteo
Sabado 6					
Domingo 7					
Lunes 8	692	33,9	75,7	25,5	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Martes 9	537	36,3	44,5	22	Verdura,huevo,fruta
Miercoles 10	813	47,1	67	36,3	Verdura,pescado,fruta o lácteo
Jueves 11	678	38,7	90,9	15,3	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 12	716	29,7	81,4	25,7	Arroz,pescado,fruta o lácteo
Sabado 13					
Domingo 14					
Lunes 15	776	32,1	87	30,4	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 16	665	24,6	71,3	30,2	Verdura,pescado ,fruta
Miercoles 17	723	38,9	77,6	24,2	Arroz ,carne,fruta o lácteo
Jueves 18	602	25,2	54	30	Pasta,pescado,fruta o lácteo
Viernes 19	661	31,7	97,5	15,2	Verdura,carne,fruta
Sabado 20					
Domingo 21					
Lunes 22	743	31,8	99,3	15,8	Verdura,huevo,fruta o lácteo
Martes 23	649	33,9	76,1	19,6	Verdura,carne,fruta o lácteo
Miercoles 24	637	27,3	75,3	22,3	Pasta,huevo,fruta o lácteo
Jueves 25	608	21	89,9	16,3	Verdura,carne,fruta o lácteo
Viernes 26	646	19,3	76,4	27,8	Arroz,pescado,fruta o lácteo