

MENÚ FEBRERO *infantil*

 **1º PLATO**

 **2º PLATO**

 **ENSALADA**

 **POSTRE**

 **VALOR NUTRICIONAL**

 **PROPUESTA DE CENA**

	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
1º PLATO	SOPA DE VERDURAS Y CARNE	LONCHA DE PAVO	OLLETA VALENCIANA	CROQUETAS	CREMA DE GUISANTES Y VERDURAS
2º PLATO	PECHUGA A LA PLANCHA CON SALSA DE TOMATE Y VERDURAS	TIBURONES CON TOMATE	TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN	ARROZ CON POLLO	MERLUZA REBOZADA CON PATATAS FRITAS
ENSALADA	MIX VEGETALES	ENSALADA DE LA HUERTA	ENSALADA GRIEGA	ENSALADA DE COLOR	ENSALADA CON FRUTA
POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR
VALOR NUTRICIONAL	482 KCAL. 21G PROTEÍNAS, 63G HIDRATOS DE CARBONO, 17 G LÍPIDOS.	500 KCAL. 16G PROTEÍNAS, 77G HIDRATOS DE CARBONO, 14 G LÍPIDOS.	525 KCAL. 19G PROTEÍNAS, 71G HIDRATOS DE CARBONO, 20 G LÍPIDOS.	533 KCAL. 20 G PROTEÍNA, 78 G HIDRATOS DE CARBONO, 16 G LÍPIDOS	512KCAL. 22G PROTEÍNAS, 65G HIDRATOS DE CARBONO, 19 G LÍPIDOS.
PROPUESTA DE CENA	ALCACHOFA AL VAPOR. TORTILLA DE CEBOLLA POCHADA. PAN Y FRUTA.	CALAMARES ENCEBOLLADOS CON GUARNICIÓN DE PATATA HERVIDA.PAN Y YOGUR	ENSALADA DE TOMATE Y BONITO.FILETE DE LENGUADO A LA PLANCHA.PAN Y FRUTAS DEL BOSQUE	SOPA MINISTRONE.TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA.PAN Y FRUTA	TACOS DE CARNE DE PAVO GUISADOS Y PIÑONES.PAN Y FRUTA

TIENEN A SU DISPOSICIÓN EN EL CENTRO LA INFORMACIÓN REFERENTE A LOS ALÉRGENOS QUE CONTIENEN NUESTROS MENÚS.
ESTOS MENÚS SON SUSCEPTIBLES DE SER MODIFICADOS DE MANERA EXCEPCIONAL. MENÚ RECOMENDANDO Y VALIDADO NUTRICIONALMENTE POR LA DIETISTA COLEGIADA N° CV00639



MENÚ FEBRERO *infantil*

MATER DEI
CASTELLÓN

LUNES 8

MARTES 9

MIÉRCOLES 10

JUEVES 11

VIERNES 12



1º PLATO

SOPA DE COCIDO

ESPAGUETI ATÚN

LENTEJAS CON
CALABAZA

ARROZ CON
TOMATE

CREMA DE
LEGUMBRES



2º PLATO

ALBÓNDIGAS DE
PESCADO CON
VERDURITAS

PECHUGA A LA
PLANCHA CON
PATATAS

SALCHICHA Y
HUEVO

DORÉ AL HORNO



ENSALADA

MIX
VEGETALES

ENSALADA
DE LA
HUERTA

ENSALADA
GRIEGA

ENSALADA
DE COLOR

ENSALADA
CON FRUTAS



POSTRE

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

YOGUR



**VALOR
NUTRICIONAL**

483 KCAL. 19 G
PROTEÍNAS, 62G
HIDRATOS DE
CARBONO, 20 G
LÍPIDOS.

524 KCAL. 22 G
PROTEÍNAS, 75 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 16 G
LÍPIDOS

498 KCAL. 24 G
PROTEÍNAS, 73G
HIDRATOS DE
CARBONO, 14 G
LÍPIDOS.

561 KCAL. 19 G
PROTEÍNAS, 69G
HIDRATOS DE
CARBONO, 23 G
LÍPIDOS.

489 KCAL. 23 G
PROTEÍNAS, 59G
HIDRATOS DE
CARBONO, 19 G
LÍPIDOS.



**PROPUESTA
DE CENA**

ENSALADA JULIANA.
HUEVO COCIDO CON
BECHAMEL Y SALSA DE
TOMATE. PAN Y
FRUTA.

CREMA DE VERDURAS
CON ESPINACAS.
PESCADILLA FRESCA A
LA PLANCHA. PAN Y
FRUTA

VERDURITAS
SALTEADAS.
MEJILLONES AL VAPOR
CON LIMÓN. PAN Y
FRUTA.

ENSALADA DE
LECHUGA, MANZANA Y
ZANAHORIA.
BOQUERONES
FRITOS. PAN Y YOGUR
DE CABRA.

ROLLITOS DE JAMÓN DE
PAVO Y QUESO
GRATINADOS AL HORNO
CON ALCACHOFAS.
PAN Y FRUTA.

TIENEN A SU DISPOSICIÓN EN EL CENTRO LA INFORMACIÓN REFERENTE A LOS ALÉRGENOS QUE CONTIENEN NUESTROS MENÚS.
ESTOS MENÚS SON SUSCEPTIBLES DE SER MODIFICADOS DE MANERA EXCEPCIONAL. MENÚ RECOMENDANDO Y VALIDADO NUTRICIONALMENTE POR LA DIETISTA COLEGIADA N° CV00639



MENÚ FEBRERO *infantil*

MATER DEI
CASTELLÓN

LUNES 15

MARTES 16

MIÉRCOLES 17

JUEVES 18

VIERNES 19



1° PLATO

SOPA DE
PESCADO

ESPIRALES
BOLOÑESA

GARBANZOS
CON BACALAO

PAN CON
TOMATE, QUESO

CREMA DE
ALUBIAS CON
CALABACÍN



2° PLATO

HAMBURGUESA DE
POLLO CON
DADOS DE PATATA

TORTILLA A LA
FRANCESA

PAELLA
VALENCIANA

COLA DE
MERLUZA CON
SALSA DE
TOMATE Y ARROZ



ENSALADA

MIX
VEGETALES

ENSALADA
DE LA
HUERTA

ENSALADA
GRIEGA

ENSALADA
DE COLOR

ENSALADA
DE COLOR



POSTRE

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

YOGUR



VALOR
NUTRICIONAL

501 KCAL. 25 G
PROTEÍNAS, 65G
HIDRATOS DE
CARBONO, 17 G
LÍPIDOS.

484 KCAL. 16 G
PROTEÍNAS, 78 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 13 G
LÍPIDOS

514 KCAL. 20 G
PROTEÍNAS, 62G
HIDRATOS DE
CARBONO, 23 G
LÍPIDOS.

524 KCAL. 20 G
PROTEÍNAS, 71G
HIDRATOS DE
CARBONO, 19 G
LÍPIDOS.

499 KCAL. 20 G
PROTEÍNAS, 62G
HIDRATOS DE
CARBONO, 19 G
LÍPIDOS.



PROPUESTA
DE CENA

TORTILLA DE
MANZANA Y PUERRO
CON GUARNICIÓN DE
ZANAHORIA RALLADA.
PAN Y MACEDONIA.

ENSALADA
VARIADA. PECHUGA DE
PAVO CON PURÉ DE
PATATA. PAN Y FRUTA

CREMA SUAVE CON
COLIFLOR. FILETE DE
LUBINA A LA PLANCHA.
PAN Y FRUTA

BERENJENA A
RODAJAS. BROCHETA
DE SEPIA. PAN Y FRUTA.

TOMATE CHERRY Y
RÚCULA. PIZZA CASERA:
YORK, MOZARELLA Y
CHAMPIÑONES. ZUMO
NARANJA NATURAL.

TIENEN A SU DISPOSICIÓN EN EL CENTRO LA INFORMACIÓN REFERENTE A LOS ALÉRGENOS QUE CONTIENEN NUESTROS MENÚS.
ESTOS MENÚS SON SUSCEPTIBLES DE SER MODIFICADOS DE MANERA EXCEPCIONAL. MENÚ RECOMENDANDO Y VALIDADO NUTRICIONALMENTE POR LA DIETISTA COLEGIADA N° CV00639



MENÚ FEBRERO *infantil*

MATER DEI
CASTELLÓN

LUNES 22

MARTES 23

MIÉRCOLES 24

JUEVES 25

VIERNES 26



1º PLATO

SOPA DE COCIDO

MACARRONES
CON ATÚN

LENTEJAS
JARDINERA

CAPRICO DE
CALAMAR

CREMA DE
LEGUMBRES Y
VERDURAS



2º PLATO

PECHUGA DE
POLLO REBOZADO
NATURAL CON
PATATA Y
CHAMPIÑONES

LOMO DE RAPE
ASADO CON
GUISANTES

ARROZ AL
HORNO

TORTILLA DE
PATATA Y
CALABACÍN



ENSALADA

MIX
VEGETALES

ENSALADA
DE LA
HUERTA

ENSALADA
GRIEGA

ENSALADA
DE COLOR

ENSALADA
CON FRUTA



POSTRE

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

YOGUR



**VALOR
NUTRICIONAL**

521 KCAL. 24 G
PROTEÍNAS, 68 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 19 G
LÍPIDOS.

511 KCAL. 17G
PROTEÍNAS, 85 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 13 G
LÍPIDOS.

525KCAL. 26G
PROTEÍNAS, 77G
HIDRATOS DE
CARBONO, 14G
LÍPIDOS.

492 KCAL. 15G
PROTEÍNAS, 71 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 17G
LÍPIDOS.

475KCAL. 20 G
PROTEÍNAS, 55 G
HIDRATOS DE
CARBONO, 21G
LÍPIDOS.



**PROPUESTA
DE CENA**

CREMA DE
CALABACÍN Y
QUESITO. FILETE DE
PLATJA AL
HORNO. PAN. YOGUR

TERNERA GUISADA
CON
VERDURITAS. PAN. PIÑA
EN SU JUGO

PATATA AL
HORNO. LONGANIZA
POLLO Y CEBOLLA
CAMELIZADA. PAN.
YOGUR NATURAL.

SOPA DE FIDEOS. HUEVO
COCIDO CON TOMATE.
PAN Y FRUTA.

JUDÍAS VERDES
REDONDAS
SALTEADAS. BOQUERÓN
EN VINAGRE. PAN Y
FRUTA.

TIENEN A SU DISPOSICIÓN EN EL CENTRO LA INFORMACIÓN REFERENTE A LOS ALÉRGENOS QUE CONTIENEN NUESTROS MENÚS.
ESTOS MENÚS SON SUSCEPTIBLES DE SER MODIFICADOS DE MANERA EXCEPCIONAL. MENÚ RECOMENDANDO Y VALIDADO NUTRICIONALMENTE POR LA DIETISTA COLEGIADA N° CV00639

