



CEIP RAMÓN MARÍA DEL VALLE-INCLÁN

ESCUELA- FEBRERO 2026



Lunes

2	KCal:627 HC:79 AZÚ:16 Gra:20 G SAT:3 Pro:29 SAL:3
Arroz con tomate	
Carne de cerdo guisada con champiñones	
Fruta	
9	KCal:663 HC:72 AZÚ:16 Gra:30 G SAT:5 Pro:32 SAL:2
Espirales boloñesa (tomate, cebolla y carne picada)	
Varitas de merluza con ensalada (lechuga y maíz)	
Manzana asada	
16	KCal:652 HC:86 AZÚ:17 Gra:13 G SAT:2 Pro:35 SAL:2
Fideuá de pescado (cebolla, ajo, merluza y caldo de pescado)	
Salchichas frescas encebolladas con puré de patata	
Fruta	
23	KCal:672 HC:67 AZÚ:19 Gra:26 G SAT:5 Pro:23 SAL:2
Macarrones con verdura (tomate, zanahoria y calabacín)	
Ragú de pavo con brócoli	
Manzana asada	

Martes

3	KCal:612 HC:81 AZÚ:19 Gra:17 G SAT:4 Pro:38 SAL:2
Lentejas con verduras cocidas (zanahoria, cebolla, pimiento rojo y pimiento verde)	
Merluza al horno en salsa verde con guisantes	
Yogur	
10	KCal:569 HC:77 AZÚ:14 Gra:19 G SAT:4 Pro:29 SAL:2g
Judías blancas patata y zanahoria	
Limanda al horno en salsa de tomate con calabacín	
Yogur	
17	KCal:656 HC:82 AZÚ:15 Gra:27 G SAT:6 Pro:38 SAL:2
Macarrones con tomate	
Bacalao al horno con ensalada (lechuga y soja)	
Yogur	
24	KCal:635 HC:65 AZÚ:19 Gra:24 G SAT:4 Pro:26 SAL:4
Judías blancas zanahoria, cebolla y chorizo	
Tortilla con champiñones	
Yogur	

Miércoles

4	KCal:530 HC:45 AZÚ:8 Gra:22 G SAT:5 Pro:27 SAL:2
Judías verdes con patata cocida	
Albóndigas a la jardinera (cebolla, ajo, zanahoria y guisantes) con patata asada	
Pera asada	
11	KCal:612 HC:79 AZÚ:14 Gra:20G SAT:5 Pro:20 SAL:3g
Crema de verduras (patata, calabacín, judías verdes y zanahoria)	
Tortilla de patata con rodajas de tomate asado	
Fruta	
18	KCal:587 HC:70g AZÚ:13g Gr:18g SAT:4g Pro:26 SAL:2g
Coliflor rehogada (patata y coliflor)	
Pollo asado con patatas	
Pera asada	
25	KCal:682 HC:60 AZÚ:15 Gra:25 G SAT:5 Pro:27 SAL:3
Menestra de verduras (Guisantes, judías verdes, zanahoria, cebolla, ajo y tomate frito)	
Contramuslos de pollo con patatas fritas	
Fruta	

Jueves

5	KCal:516 HC:36 AZÚ:10 Gra:22 G SAT:5 Pro:29 SAL:2
Crema de Puerro (patata y puerro)	
Bacalao al horno con tomate asado	
Yogur	
12	KCal:584 HC:601g AZÚ:12g Gr:28g SAT:4g Pro:19 SAL:2g
Patatas guisadas (tomate, pimiento, cebolla y ajo)	
Merluza con pisto	
Yogur	
19	KCal:546 HC:38 AZÚ:14 Gra:20 G SAT:5 Pro:34 SAL:3
Crema de calabacín (Patata y calabacín)	
Abadejo al horno con pisto	
Yogur	
26	KCal:648 HC:87g AZÚ:18g Gr:23g SAT:6g Pro:30 SAL:2g
Sopa de Cocido (fideos, zanahoria, patata, y repollo)	
Cocido completo con garbanzo (ternera, pollo, chorizo)	
Yogur	

Viernes

6	KCal:640 HC:73 AZÚ:16 Gra:28 G SAT:6 Pro:29 SAL:3
Judías pintas con verduras cocidas (pimiento, zanahoria y calabacín)	
Pollo a la cazadora con tomate, zanahoria y cebolla	
Fruta	
13	KCal:671 HC:74 AZÚ:16g Gr:25g SAT:6g Pro:25 SAL:2g
Sopa de carnaval (fideos, zanahoria, jamón y huevo)	
Disfraz crujiente de pollo con confeti de patata	
Fruta	
20	KCal:648 HC:87g AZÚ:18g Gr:23g SAT:6g Pro:30 SAL:2g
Sopa de Cocido (fideos, zanahoria, patata, y repollo)	
Cocido completo con garbanzo (ternera, pollo, chorizo)	
Fruta	
27	KCal:492 HC:30 AZÚ:5 Gra:23 G SAT:5 Pro:27 SAL:1
Crema de calabacín (patata y calabacín)	
Bacalao al horno en salsa de tomate, con ensalada (lechuga, maíz y zanahoria)	
Fruta	



En cumplimiento del Reglamento UE 1169/2011, el personal de Colectividades Madrid SL dispone de información sobre los alérgenos.

Si has comido:

- Cereales (arroz o pasta), patatas o legumbres
- Verduras
- Carne
- Pescado
- Huevos
- Fruta
- Lácteo

La cena es:

- Verduras cocinadas u hortalizas crudas
- Cereales (arroz o pasta) o patatas
- Pescado o huevo
- Carne o huevo
- Pescado o carne
- Lácteo o fruta
- Fruta

*Todos los menús se acompañan de pan blanco/pan ecológico integral y agua.

*Menú elaborado para cubrir las ingestas diarias recomendadas para un grupo de escolares de 1 a 3 años (1000-1500 kcal). Todos los menús son diseñados y supervisados por una persona con formación en Nutrición Humana y Dietética.

