

# FEBRERO- 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> -Ensalada mixta:: tomate, cebolla, brotes y zanahoria -Carne de ternera guisada con champiñones y patata cocida -Fruta de temporada	<b>2</b> -Paella de verduras -Gallapota frito rebozado. -Yogur natural	<b>3</b> -Pote asturiano: patata, berzas y fabes. -Ensalada de tomate. -Fruta de temporada.	<b>4</b> -Pisto de verduras con tortilla de patata y croquetas caseras: cebolla, tomate, berenjena y zanahoria. -Fruta de temporada <b>PLATO COMBINADO</b>
<b>7</b> -Ensalada con frutos secos -Arroz con pavo -Fruta de temporada	<b>8</b> -Espaguetis integrales con tomate -Tortilla de puerros -Fruta de temporada	<b>9</b> -Sopa de cocido con fideos. -Cocido de garbanzos: pollo, patatas, ternera, puerro, zanahorias y cebolla -Yogur natural	<b>10</b> -Crema de calabaza: calabaza, patata, puerro, zanahoria y pan tostado -Canelones de bonito y arroz blanco: salsa de tomate, bechamel y queso. -Piña en su jugo	<b>11</b> --Ensalada de lentejas: tomate, brotes, cebolla y zanahoria. -Pollo asado con pimientos. -Fruta de temporada
<b>14</b> -Lentejas con patatas -Sardinillas con tomate -Fruta de temporada	<b>15</b> -Crema de guisantes y puerro con pan tostado -Pizza: queso, jamón york, tomate. <b>CASERA</b> -Fruta de temporada	<b>16</b> -Repollo guisado con patatas - Merluza con guarnición de verduras y hortalizas -Yogur natural	<b>17</b> -Fideua: mejillones, gambas y calamares -Albóndigas de pollo con salsa: cebolla, ajo, zanahoria, puerro, pimiento y tomate. -Fresas	<b>18</b> -Arroz Chino: gambas, jamón york, zanahorias, huevo y arroz. -Salteado de champiñones y gambas -Fruta de temporada
<b>21</b> -Crema de calabacín: zanahoria, calabacín, puerro, acelgas y patata. -Pavo guisado a la naranja con champiñones -Fruta de temporada	<b>22</b> -Menestra de verduras: espárragos, judías verdes, champiñones, zanahorias, guisantes, alcachofas coliflor y patata -Salmón al horno. -Fruta de temporada	<b>23</b> -Fabada asturiana con compango. -Ensalada mixta: : tomate, cebolla, brotes y zanahoria -Arroz con leche <b>CASERO</b>	<b>24</b> -Ensalada mixta: tomate, brotes, cebolla y zanahoria. -Picadillo con patatas fritas y huevos <b>MENÚ DE CARNAVAL</b> -Fruta de temporada	<b>DÍA NO LECTIVO</b>
<b>DÍA NO LECTIVO</b>				

**Menú avalado por la Consejería de Salud**

**Aceite empleado: aceite de oliva virgen obtenido por extracción mecánica. Uso de sal yodada**

**Toda la carne de ternera para guisar, frutas y legumbres serán de producción ecológica, dependiendo de la disponibilidad del producto.**

Este menú podría sufrir modificaciones puntuales debido a situaciones imprevistas y/o ajenas al Centro.

**FEBRERU- 2022**

LLUNES	MARTES	MIÉRCOLES	XUEVES	VIENRES
	1 -Ensalada mista: tomate, biltos, cebolla y cenahoria. -Carne de xata guisao. -Fruta de temporada.	2 -Paella de verduras -Gallapota frito rebozao. -Yogur natural.	3 -Pote asturianu: patata, berces y fabes. - Ensalada de tomate. -Fruta de temporada.	4 - Pistu de verduras con tortiella de pataca y croquetes caseres: cebolla, tomate, berenxena y cenahoria. -Fruta de temporada. <b>PLATU COMBINÁU</b>
7 -Ensalada con frutos secos. -Arroz con pavu -Fruta de temporada.	8 -Espaguetis integrales con tomate. -Tortíella de puerru. -Fruta de temporada	9 -Sopa de cocíu con fideos. -Cocíu de garbanzos: pitu, xata, puerru, cenahories y cebolla. -Yogur natural.	10 -Crema de calabaza: calabaza, patata, puerru, cenahoria y pan turrao. - Canelones de bonitu y arroz blanco: salsa de tomate, bexamel y queso. -Piña nel so zusmiu	11 -Ensalada de lleteyes: tomate, biltos, cebolla y cenahoria. -Pollu rustíu con pimientos. -Fruta de temporada.
14 -Lleteyes con pataques -Sardinillas con tomate -Fruta de temporada	15 -Crema d'arbeyos y puerru con pan tostao -Pizza: queso, xamón york, tomate. <b>CASERA</b> -Fruta de temporada.	16 -Repollu guisáu con pataques -Merluza con guarnición de verduras y hortolices. -Fruta de temporada.	17 - Fideuá: muxones, gambes y calamares. Albóndigues de pitu con mueyu: cebolla, ayu, cenahoria, puerru, pimentu y tomate -Freses.	18 - Arroz Chinu: gambes, xamón york, cenahories, güevu y arroz. -Salteáu xampiñones y gambes. -Fruta de temporada
21 - Crema de calabacín: cenahoria, calabacín, puerru, acelgues y pataca. -Zanca de pavu guisao con mueyu: cebolla, ayu, cenahoria, pimentu, tomate. -Fruta de temporada.	22 -Menestra de verduras: espárragos, fréxoles, xampiñones, cenahories, arbeyos, alcachofes colliflor y pataca. -Salmón al horno. -Fruta de temporada	23 -Fabada con compangu. -Ensalada mista: tomate, cebolla, biltos y cenahoria -Arroz con lleche <b>CASERO</b> .	24 -Ensalada mista: tomate, biltos, cebolla y cenahoria. -Picadiellu con patates frites y güevu. <b>MENÚ D'ANTROXU</b> -Fruta de temporada.	<b>DÍA NON LLECTIVU</b>
<b>DÍA NON LLECTIVU</b>				

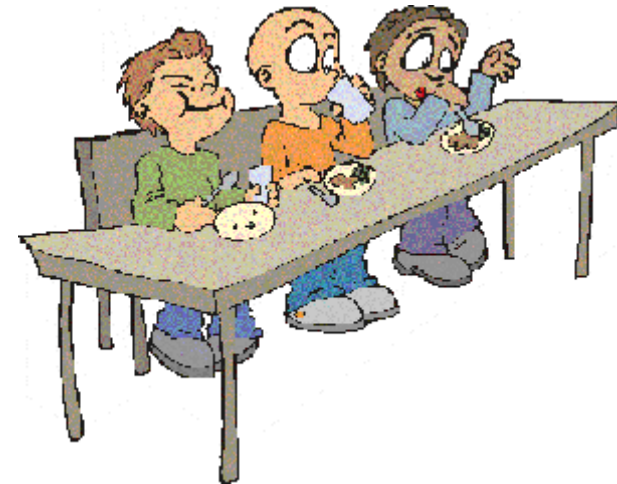
**Menú avaláu pola Consejería de Salú.**

**Aceite empregao: oliva virxen obtenío por estraición mecánico. Usu de sal yodao**

**Tola carne de xata pa guisar, frutes y fabes pa la fabada van ser de producción ecolóxico, dependiendo de la disponibilidá del productu.**

Esti menú pue sufrir modificaciones puntuales por mor de situaciones imprevistes y/o ayenes al Centru.

# COMEDOR ESCOLAR



## C.E.I.P. "JACINTO BENAVENTE"

*Proyecto de Educación y Promoción de la  
Salud (E.P.S.): "La Salud es lo Primero"*

*CURSO ESCOLAR 2021-2022  
MENÚ DE COMEDOR ESCOLAR  
FEBRERO DE 2022*