

## COMEDOR MES DE FEBRERO DE 2026

Fecha	Menú
Lunes 2	Menestra de verduras. Lacón con patatas cocidas. Manzana.
Martes 3	Fabas estofadas. Tortilla de bonito con ensalada LTC. Pera
Miércoles 4	Paella de verduras. Cinta de lomo con ensalada LTC. Mandarina
Jueves 5	Crema de verduras. Merluza a la plancha con tomate, maíz y AOVE. Plátano
Viernes 6	Espaguetis con pisto y salsa de tomate casera. Pechuga de pollo con ensalada LTC. Fresas
Lunes 9	Judías verdes rehogadas. Tortilla de patata con ensalada LTC. Naranja
Martes 10	Lentejas estofadas. Escalopines de ternera con ensalada LTC. Manzana
Miércoles 11	Potaje de verduras. Lenguado en salsa con tomate, cebolla y AOVE. Plátano.
Jueves 12	<b>MENÚ DE ANTROXU:</b> Patatas fritas con picadillo y huevo. Frixuelos
Miércoles 18	Crema de calabaza. Fritura variada con ensalada LTC. Yogur.
Jueves 19	Pasta integral con salsa de tomate casera y atún. Costillas al horno con tomate, cebolla y AOVE. Pera
Viernes 20	Sopa de fideos. Pollo al horno con ensalada LTC. Piña
Lunes 23	Arroz con verduras. Pechuga de pollo a la plancha con tomate, maíz y AOVE. Manzana
Martes 24	Garbanzos con espinacas. Lenguado a la romana con ensalada LTC. Fresas.
Miércoles 25	Crema de calabacín. Hamburguesas caseras con tomate, maíz y AOVE. Plátano.
Jueves 26	Espaguetis con gambas. Filete de bacalao en salsa con ensalada LTC: Mandarina
Viernes 27	Ensalada mixta (lechuga, tomate, cebolla, bonito y huevo). Pizza casera. Mandarina

**LTC:** Lechuga, Tomate y Cebolla **AOVE:** Aceite de Oliva Virgen Extra

Todos los platos están elaborados con sal yodada y aceite de oliva virgen extra. **Un día de cada semana, se introducirá pan integral.** El menú podrá sufrir variaciones, en función de la disponibilidad de alimentos u otros cambios.

La bebida será agua del grifo servida en jarras de acero inoxidable, con fácil acceso en el centro de la mesa.

### Anexo II. Orientaciones para las cenas complementarias con el menú de mediodía

	COMIDA	CENA
PRIMER PLATO	Hortaliza	Pasta, arroz, patata o legumbre
	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortaliza
SEGUNDO PLATO	Carne	Pescado o huevo
	Huevo	Carne blanca o pescado
	Pescado	Huevo o carne blanca
GUARNICIÓN DEL SEGUNDO	Legumbre	Carne blanca, pescado o huevo
	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortaliza
POSTRE	Hortaliza	Pasta, arroz, patata o legumbre
	Fruta fresca o lácteo	Fruta fresca

### Alérgenos alimentarios

