



# SIN PESCADO

**Delicolect**  
Departamento de Nutrición

## ¿Qué comemos hoy?

### FEBRERO 2023 | COLEGIO EL AVE MARÍA

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Menestra de verduras con jamón y huevo cocido	Sopa de picadillo (jamón y huevo cocido)	Espirales con salsa de tomate y orégano
		Filete de Sajonia con patata rostie	Albóndigas a la jardinera con cus-cús	Filete de ternera a la plancha con lechuga y maíz
		Fruta de temporada Pan	Yogur de sabores Pan	Fruta de temporada Pan
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Crema de calabaza y zanahoria	Sopa de cocido	Macarrones gratinados con jamón cocido y queso	Judías blancas estofadas con verduras y chorizo	Fideuá de pollo y verduras
Magro Strogonoff con verduras y arroz blanco	Cocido Completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta	Contramuslo de pollo a la plancha con lechuga y maíz	Tortilla de jamón y queso con pisto	Filete de pavo a la plancha con lechuga y zanahoria
Fruta de temporada Pan	Yogur de sabores Pan	Fruta de temporada Pan	Petit Suisse Pan	Fruta de temporada Pan
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Patatas guisadas con verduras	<b>JORNADA MEXICANA</b>	Arroz blanco con salsa de tomate	Garbanzos guisados con chorizo	Coditos carbonara
Tortilla francesa con lechuga y zanahoria	<i>Nachos con Salsa de Queso y Guacamole</i>	Lomo empanado con lechuga y remolacha	Hamburguesa a la plancha con patatas	Contramuslo de pollo a la plancha con patatas cocidas
Fruta de temporada Pan	<i>Fajitas de Pollo</i>	Fruta de temporada Pan	Yogur de sabores Pan	Fruta de temporada Pan
	<i>Arroz con Leche Cremosito</i>			
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Lentejas guisadas con calabaza y setas	Crema de calabacín con queso y picatostes	Arroz con verduras	Sopa de cocido	
Tortilla francesa con lechuga y zanahoria	Albóndigas mixtas con verduras y patatas dado	Contramuslo de pollo a la plancha con lechuga y maíz	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta	<b>NO LECTIVO</b>
Fruta de temporada Pan	Fruta de temporada Pan	Fruta de temporada Pan	Natillas caseras con galleta Pan	
LUNES 27	MARTES 28			
<b>NO LECTIVO</b>	Lentejas guisadas con verduras y arroz			
	San Jacobo con lechuga y tomate			
	Yogur de sabores Pan			