



COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

FEBRERO 2024

Basal



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05

- LENTEJAS HORTELANAS
- BACALAO AL HORNO
- VERDURITAS AL VAPOR
- FRUTA FRESCA Y PAN

06

- ARROZ TRES DELICIAS
- TORTILLA FRANCESA
- ENSALADA VARIADA
- FRUTA FRESCA Y PAN

07

- MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN
- HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA
- ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS
- GELATINA Y PAN

08

- SOPA DE PICADILLO
- TERNERA ASADA
- PURÉ DE PATATA
- FRUTA FRESCA Y PAN

09

- CREMA DE VERDURAS
- CON PICATOSTES
- PIZZA CASERA DE JAMÓN Y QUESO
- ENSALADA
- LÁCTEO Y PAN

12

13

14

15

- BRÓCOLI CON AJADA
- ALBÓNDIGAS CON TOMATE
- ARROZ BLANCO
- FRUTA FRESCA Y PAN

16

- ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
- HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN
- ENSALADA
- LÁCTEO Y PAN

19

- MACARRONES CON TOMATE
- CALDEIRADA DE MERLUZA
- FRUTA FRESCA Y PAN

20

- LENTEJAS HORTELANAS
- LOMO A LA PLANCHA
- PARMENTIER
- FRUTA FRESCA Y PAN

21

- CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA
- JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
- FRUTA FRESCA Y PAN

22

- SOPA DE AVE CON FIDEOS
- FRICANDÓ DE TERNERA
- PATATA CACHELO
- FRUTA FRESCA Y PAN

23

- POTAJE DE GARBANZOS
- ABADJO EMPANADO
- ENSALADA
- Y PAN
- NATILLAS CASERAS

26

- JUDÍAS VERDES REHOGADAS
- TORTILLA DE PATATAS
- ENSALADA
- FRUTA FRESCA Y PAN

27

- LENTEJAS CON CHORIZO
- SAN JACOBO
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA FRESCA Y PAN

28

- CREMA DE VERDURAS
- JAMÓN ASADO
- PATATAS
- FRUTA FRESCA Y PAN

29

- MACARRONES EN SALSA DE CHAMPIÑONES
- POLLO TERIYAKI CON CALABACÍN
- FRUTA FRESCA Y PAN

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
 Verduras
 Carnes
 Pescados
 Huevo
 Fruta
 Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
 Arroz, pasta o patata
 Pescado o huevo
 Carne o huevo
 Pescado o carne
 Lácteo o fruta
 Fruta

