

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

CEIP LAS ARTES Sin lactosa

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz a banda
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
c/ loncha de jamón sin lácteos
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur de soja

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis salteados
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur de soja

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado sin lácteos
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin lácteos c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Lentejas estofadas
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur de soja

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin PLV

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido ni ternera
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de pavo o pollo
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz a banda
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
c/ loncha de jamón sin lácteos
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur de soja

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis salteados
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido ni ternera
Pan y yogur de soja

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado sin lácteos
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido ni ternera
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas de cerdo o pollo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Lentejas estofadas
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
sin embutido ni ternera
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur de soja

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin frutos secos

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 2

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MARTES 9

Espaguetis salteados con york
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MARTES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MARTES 23

Lentejas estofadas
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza a la romana
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 4

Arroz a banda
Delicias calamar a la romana
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Taqitos de bacalao
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 25

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
con loncha de jamón york
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

VIERNES 19

NO
LECTIVO

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin gluten

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua sin gluten de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

MARTES 2

Sopa de fideos sin gluten
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

JUEVES 4

Arroz a banda
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
c/loncha de jamón sin gluten
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

MARTES 9

Espaguetis sin gluten con york
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

JUEVES 11

Crema de verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

VIERNES 12

Sopa de fideos sin gluten
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

LUNES 15

Pasta sin gluten con tomate
Lacón braseado sin gluten
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

MARTES 16

Sopa de fideos sin gluten
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin gluten c/ tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Crema de zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

JUEVES 25

Sopa de fideos sin gluten
Cocido completo
sin embutido
Pan y Fruta fresca
*pan sin gluten

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin gluten

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin pescado

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz con verduras
Ternera en salsa
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
con loncha de jamón york
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Lomo a la plancha
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis salteados con york
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Ternera en salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Tortilla francesa
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Lentejas estofadas
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Lomo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin pescado, frutos secos, legumbre, setas, marisco, frutas y rosáceas

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

MARTES 2

Sopa de fideos
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 4

Arroz con verduras
Ternera en salsa
Lechuga y maíz
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

VIERNES 5

Pasta salteada
Tortilla francesa
c/loncha de jamón york sin soja
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Lomo a la plancha
pisto manchego
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

MARTES 9

Espaguetis salteados con york
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

MIÉRCOLES 10

Verduras salteadas sin legumbre
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 11

Crema de verduras
Ternera en salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

VIERNES 12

Sopa de fideos
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado sin soja
Lechuga y aceitunas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

MARTES 16

Sopa de fideos
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin soja c/ tomate
Patatas fritas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 18

Arroz al horno
Tortilla francesa
Lechuga y maíz
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Crema de zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Lomo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 25

Sopa de fideos
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**postre excepto frutas y rosáceas*

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin lentejas

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz a banda
Delicias calamar a la romana
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
con loncha de jamón york
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis salteados con york
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Crema de verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

LUNES 15

Macarrones con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Taqitos de bacalao
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Crema de zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza a la romana
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua sin huevo de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz a banda (sin trazas)
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis sin huevo con york
Ternera a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

LUNES 15

Pasta sin huevo con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Lentejas estofadas
Lomo a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, frutos secos

FEBRERO 2021

LUNES 1



Fideua sin huevo de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 2

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 4

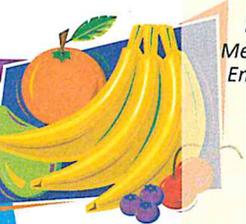
Arroz a banda (sin trazas)
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 5



Alubias blancas estofadas
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

LUNES 8



Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 9

Espaguetis sin huevo con york
Ternera a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 11

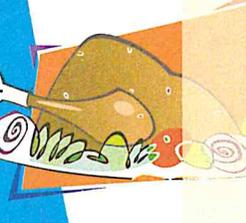
Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 12



Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

LUNES 15



Pasta sin huevo con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 19

NO
LECTIVO



LUNES 22

NO
LECTIVO



MARTES 23

Lentejas estofadas
Lomo a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 25

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 26



Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, marisco, calamar

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua sin huevo de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 2

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca

JUEVES 4

Arroz con verduras
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 5

Alubias blancas estofadas
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca

MARTES 9

Espaguetis sin huevo con york
Ternera a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

LUNES 15

Pasta sin huevo con tomate
Lacón braseado
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Lentejas estofadas
Lomo a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 25

Sopa de fideos sin huevo
Cocido completo
sin embutido
Pan y Fruta fresca

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, frutos secos, legumbre

FEBRERO 2021

LUNES 1

Fideua sin huevo de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 2

Sopa de fideos sin huevo
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata dado
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 4

Arroz a banda (sin trazas)
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 5

Pasta sin huevo salteada
Pollo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

LUNES 8

Arroz caldoso con pollo
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 9

Espaguetis sin huevo con york
Ternera a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 10

Verduras salteadas sin legumbre
Pollo al ajillo
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 11

Crema de verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 12

Sopa de fideos sin huevo
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

LUNES 15

Pasta sin huevo con tomate
Lacón braseado sin soja
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 16

Sopa de fideos sin huevo
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo, soja c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 18

Arroz al horno
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 19

NO
LECTIVO

LUNES 22

NO
LECTIVO

MARTES 23

Crema de zanahoria
Lomo a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 25

Sopa de fideos sin huevo
Morcillo con patata
y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 26

Pure de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Fácil masticación

FEBRERO 2021

LUNES 1



Fideua de verduras
Merluza al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

MARTES 2

Sopa de fideos
Garbanzos con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan de molde

MIÉRCOLES 3

Crema de verduras y hortalizas
Ragout de ternera
con patata vapor
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

JUEVES 4

Arroz con verduras
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

VIERNES 5



Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa
con loncha de jamón york
Ensalada lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan de molde

LUNES 8



Arroz caldoso
Palometa con
pisto manchego
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

MARTES 9

Espaguetis salteados
Tortilla de patata y espinacas
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan de molde

MIÉRCOLES 10

Judías verdes rehogadas
Pollo deshilachado en salsa
Patatas al horno
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

JUEVES 11

Lentejas con verduras
Gallo en salsa de puerros
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

VIERNES 12



Sopa de fideos
Garbanzos con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan de molde

LUNES 15



Macarrones con tomate
Tortilla francesa
Lechuga
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

MARTES 16

Sopa de fideos
Garbanzos con patata
y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan de molde

MIÉRCOLES 17

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas vapor
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

JUEVES 18

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

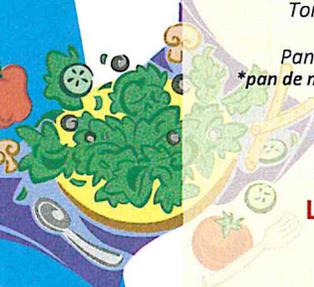
VIERNES 19

NO
LECTIVO



LUNES 22

NO
LECTIVO



MARTES 23

Lentejas estofadas
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y maíz
Pan y yogur sabor
*pan de molde

MIÉRCOLES 24

Arroz con salsa de tomate
Merluza al horno
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

JUEVES 25

Sopa de fideos
Garbanzos con patata
y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan de molde y fruta madura

VIERNES 26



Pure de verduras y hortalizas
Pollo deshilachado en salsa
Patatas al horno
Pan y yogur sabor
*pan de molde