



febrero-19

MENÚ GENERAL

LUNES 4					MARTES 5					MIÉRCOLES 6					JUEVES 7					VIERNES 8				
MARMITAKO (PATATAS CON ATÚN) 4, 12, 13					ACELGAS REHOGADAS CON BACON 0					SOPA DE COCIDO 1, 3, 12					CODITOS CON GAMBAS AL AJILLO 1, 2, 3					FABADA CON ALMEJAS 13				
TORTILLA DE CHORIZO CON ENSALADA DE ZANAHORIA 3					POLLO ASADO AL LIMÓN CON PATATAS 12					COCIDO COMPLETO 1, 3, 12					BONITO AL HORNO CON PISTO 4					MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA 1, 3, 4				
FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					YOGUR Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7				
Kcal. Prot. Lip H.C. 770 29 35 86					Kcal. Prot. Lip H.C. 732 31 32 80					Kcal. Prot. Lip H.C. 593 25 19 80					Kcal. Prot. Lip H.C. 638 32 14 97					Kcal. Prot. Lip H.C. 723 32 25 92				
LUNES 11					MARTES 12					MIÉRCOLES 13					JUEVES 14					VIERNES 15				
LENTEJAS CON CHORIZO 0					SOPA CASTELLANA 1, 3					JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS 0					ARROZ CON POLLO 0					CREMA DE VERDURAS FRESCAS 12				
HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL Y RODAJAS DE TOMATE 3, 7					LIMANDA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS 1, 3, 4, 12					HAMBURGUESA DE TERNERA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ 1, 3, 7					MERLUZA A LA RIOJANA CON PATATAS 4, 12					COSTILLAS DE CERDO A LA NAPOLITANA 0				
FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					YOGUR Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7				
Kcal. Prot. Lip H.C. 762 31 34 84					Kcal. Prot. Lip H.C. 675 30 34 63					Kcal. Prot. Lip H.C. 775 33 31 92					Kcal. Prot. Lip H.C. 842 29 32 110					Kcal. Prot. Lip H.C. 631 23 24 80				
LUNES 18					MARTES 19					MIÉRCOLES 20					JUEVES 21					VIERNES 22				
ESPAGUETIS BOLOÑESA 1, 3, 7					JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO 0					ARROZ CON MAGRO 0					SOPA DE COCIDO 1, 3, 12					PATATAS A LA NAVARRA 12				
PESCADILLA AL HORNO EN SALSA MARINERA 3, 4, 13					FILETE CONTRAMUSLO DE POLLO HORNEADO AL LIMÓN Y ENSALADA 0					FILETE DE TERNERA EN SALSA CON GUIANTES Y ZANAHORIAS 0					COCIDO COMPLETO 1, 3, 12					TORTILLA DE ATÚN CON GUARNICIÓN DE CALABACÍN 3, 4				
FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					YOGUR BEBIBLE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7				
Kcal. Prot. Lip H.C. 793 36 28 100					Kcal. Prot. Lip H.C. 690 35 23 86					Kcal. Prot. Lip H.C. 714 26 31 82					Kcal. Prot. Lip H.C. 612 24 17 92					Kcal. Prot. Lip H.C. 700 22 32 81				
LUNES 25					MARTES 26					MIÉRCOLES 27					JUEVES 28									
SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLAS 1, 3					PAELLA VALENCIANA 0					MENESTRA DE VERDURAS REHOGADAS CON JAMÓN 0					LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS 0									
LACÓN A LA GALLEGA CON PATATAS AL VAPOR 12					CABALLA CON SALSA DE TOMATE 4					SAN JACOBO CASERO CON PATATAS 1, 3, 7, 12					CAELLA ADOBADA CON ENSALADA 1, 4									
FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7					YOGUR Y PAN 1, 7					FRUTA, LECHE Y PAN 1, 7									
Kcal. Prot. Lip H.C. 671 26 23 90					Kcal. Prot. Lip H.C. 653 32 21 85					Kcal. Prot. Lip H.C. 880 29 49 80					Kcal. Prot. Lip H.C. 748 36 26 92									

*LA VERSIÓN EN INGLÉS DE ESTE MENÚ PUEDE CONSULTARSE A TRAVÉS DE LA PÁGINA WEB DE COESPA, WWW.COESPA.ES

MENUS ELABORADOS Y CALIBRADOS POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICION DE SISTEMAS INTEGRALES DE CALIDAD, S.L.U. CIF: B82196874. Servicio de Valoración Nutricional Certificado por ISO 9001:2008.

LEYENDA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LACTEO	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITOS	MOLUSCOS	ALTRAMUCES

