



# 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 FRANCESA 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. 709 27 30 83					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					SALMÓN A LA NARANJA CON PATATAS FRITAS 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. 645 27 35 56				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 GUISANTES 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

