

# Colegio Zurbarán



## Menú de comedor

Febrero - 2024



# Menú de Comedor - FEBRERO 2024



Lunes				Martes				Miércoles				Jueves 1				Viernes 2			
Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal. 606	Prot. 18	Líp. 25	H.C. 72,8	Kcal. 699	Prot. 23	Líp. 40	H.C. 57,1
												CREMA DE VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA/ ENSALADA BIZCOCHO	PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS FILETE DE PAVO/ ENSALADA FRUTA/ LECHE						
Lunes 5				Martes 6				Miércoles 7				Jueves 8				Viernes 9			
Kcal. 806	Prot. 30	Líp. 35	H.C. 85,6	Kcal. 746	Prot. 31	Líp. 43	H.C. 55,5	Kcal. 746	Prot. 26	Líp. 35	H.C. 79,5	Kcal. 594	Prot. 27	Líp. 24	H.C. 64,9	Kcal. 723	Prot. 30	Líp. 37	H.C. 62,7
LENTEJAS TORTILLA DE PATATAS/ PIMIENTOS V. FRUTA/ LECHE	CHAMPIÑÓN CON JAMON CINTA DE LOMO / AROS DE CEBOLLA MACEDONIA DE FRUTAS	PAELLA ESCALOPE DE POLLO/ ENSALADA YOGUR	SOPA DE ESTRELLAS TERNERA A LA JARDINERA FRUTA/ LECHE	CREMA DE CALABACIN PEZ SAN PEDRO/ ENSALADA FRUTA/ LECHE															
Lunes 12				Martes 13				Miércoles 14				Jueves 15				Viernes 16			
Kcal. 834	Prot. 36	Líp. 44	H.C. 66,9	Kcal. 560	Prot. 27	Líp. 21	H.C. 64	Kcal. 715	Prot. 31	Líp. 22	H.C. 92	Kcal. 755	Prot. 29	Líp. 28	H.C. 92,6	Kcal. 679	Prot. 20	Líp. 55	H.C. 44,1
JUDIAS VERDES REHOGADAS FILETES RUSOS CON PATATAS FRITAS FRUTA/ LECHE	ENSALADA DE ARROZ POLLO DE SALSA DE VERDURAS YOGUR	COCIDO FRUTA/ LECHE	MACARRONES CON TOMATE Y QUESO LIMANDA CON ENSALADA FRUTA/ LECHE	CREMA DE ESPINACAS SALCHICHAS CON PURÉ DE PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR															
Lunes 19				Martes 20				Miércoles 21				Jueves 22				Viernes 23			
Kcal. 841	Prot. 27	Líp. 49	H.C. 66,7	Kcal. 660	Prot. 27	Líp. 18	H.C. 92	Kcal. 560	Prot. 29	Líp. 19	H.C. 64	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
CREMA DE CALABAZA MAGRO CON TOMATE FRUTA/ LECHE	CODITOS CON TOMATE MERLUZA CON ENSALADA FRUTA/ LECHE	SOPA DE LETRAS POLLO CON CHAMPIÑONES YOGUR	<b>DIA NO LECTIVO</b>	<b>DIA NO LECTIVO</b>															
Lunes 26				Martes 27				Miércoles 28				Jueves 29				Viernes			
Kcal. 763	Prot. 32	Líp. 38	H.C. 67,4	Kcal. 651	Prot. 38	Líp. 23	H.C. 65,4	Kcal. 628	Prot. 12	Líp. 21	H.C. 94,2	Kcal. 638	Prot. 23	Líp. 25	H.C. 75,4	Kcal.	Prot.	Líp.	H.C.
GUISANTES CON JAMON ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRUTA/ LECHE	SOPA DE ESTRELLAS POLLO CON TOMATE YOGUR	ARROZ ATOLLADO EMPANADAS COLOMBIANAS TORTA DE PLÁTANO	CREMA DE ZANAHORIA Y PATATA RABAS DE CALAMAR / ENSALADA FRUTA/ LECHE																



# Menú de Comedor - FEBRUARY 2024



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday 1	Friday 2
Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. 606 Prot. 18 Lip. 25 H.C. 73	Kcal. 699 Prot. 23 Lip. 40 H.C. 57
			VEGETABLE STEW ROMANA HAKE/SALAD HOMEMADE DESSERT	POTATOES WITH RIBS TURKEY FILLET/ SALAD FRUIT/MILK
Monday 5	Tuesday 6	Wednesday 7	Thursday 8	Friday 9
Kcal. 806 Prot. 30 Lip. 35 H.C. 86	Kcal. 746 Prot. 31 Lip. 43 H.C. 56	Kcal. 746 Prot. 26 Lip. 35 H.C. 80	Kcal. 594 Prot. 27 Lip. 24 H.C. 65	Kcal. 723 Prot. 30 Lip. 37 H.C. 63
LENTILS STEW SPANISH OMELETTE/GREEN PEPPERS FRUIT/MILK	MUSHROOMS WITH HAM PORK LOIN/ONION RINGS FRUIT SALAD	PAELLA BREADED CHICKEN FILLET YOGHURT	STAR SOUP VEAL TO THE GARDENER FRUIT/MILK	COURGETTE CREAM SANT PETER FISH /SALAD FRUIT/MILK
Monday 12	Tuesday 13	Wednesday 14	Thursday 15	Friday 16
Kcal. 834 Prot. 36 Lip. 44 H.C. 67	Kcal. 560 Prot. 27 Lip. 21 H.C. 64	Kcal. 715 Prot. 31 Lip. 22 H.C. 92	Kcal. 755 Prot. 29 Lip. 28 H.C. 93	Kcal. 679 Prot. 20 Lip. 55 H.C. 44
SAUTEED GREEN BEANS HAMBURGER WITH CHIPS FRUIT/MILK	RICE SALAD CHICKEN WITH VEGETABLES SAUCE YOGHURT	CHICKEN SOUP STEW, CHICKPEAS,MEAT, CABBAGGE FRUIT/MILK	MACARONI WITH CHEESE AND TOMATO SAUCE LIMANDA WITH SALAD FRUIT/MILK	SPINACH CREAM SAUSAGES WITH MASHED POTATOES FRUIT IN SYRUP
Monday 19	Tuesday 20	Wednesday 21	Thursday 22	Friday 23
Kcal. 841 Prot. 27 Lip. 49 H.C. 67	Kcal. 660 Prot. 27 Lip. 18 H.C. 92	Kcal. 560 Prot. 29 Lip. 19 H.C. 64	Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. Prot. Lip. H.C.
PUMPKIN CREAM LEAN PORK WITH TOMATO SAUCE FRUIT/MILK	PASTA WITH TOMATO SAUCE HAKE WITH SALAD FRUIT/MILK	LETTER SOUP CHICKEN WITH MUSHROOMS YOGHURT	<b>NON SCHOOL</b>	
Monday 26	Tuesday 27	Wednesday 28	Thursday 29	Friday
Kcal. 763 Prot. 32 Lip. 38 H.C. 67	Kcal. 651 Prot. 38 Lip. 23 H.C. 65	Kcal. 628 Prot. 12 Lip. 21 H.C. 94	Kcal. 638 Prot. 23 Lip. 25 H.C. 75	Kcal. Prot. Lip. H.C.
PEAS WITH HAM MEATBALLS WITH POTATOES FRUIT/MILK	STAR SOUP CHICKEN WITH TOMATO SAUCE YOGHURT	STUCK RICE COLOMBIAN PIES BANANA CAKE	CARROT AND POTATOES CREAM SQUID SLICES/SALAD FRUIT/MILK	



# Cenas / Dinners - FEBRERO 2024



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves 1	Viernes 2
			ESPIRALES AL PESTO + POLLO A LA PLANCHA CON CHAMPIÑONES + FRUTA PESTO PASTA, GRILLED CHICKEN FILLET WITH MUSHROOM, FRUIT	MENESTRA DE VERDURAS REHOGADA + BACALAO EN SALSA CON PIMIENTOS + YOGUR VEGETABLES STEW, COD WITH PEPPER SAUCE, YOGHURT
Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
CREMA DE VERDURAS + MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA + FRUTA VEGETABLE CREAM, HAKEIN GREEN SAUCE, SALAD, FRUIT	CODILLOS CON TOMATE +FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA + YOGUR PASTA IN TOMATO SAUCE, GRILLED CHICKEN FILLET, SALAD, YOGHURT	COLIFLOR GRATINADA + CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA + FRUTA GRATED CAULIFLOWER, SQUID SLICES, SALAD, FRUIT	ARROZ CON VERDURAS + CINTA DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA + FRUTA RICE WITH VEGETABLES, BAKED PORK LOIN, SALAD, FRUIT	GUISANTES REHOGADOS CON JAMON + TORTILLA CON ATÚN Y ENSALADA+ FRUTA PEAS WITH HAM, TUNA OMELETTE, SALAD, FRUIT
Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
SOPA DE FIDEOS+ SALMÓN A LA NARANJA + FRUTA CHICKEN SOUP, SALMON WITH ORANGE SAUCE, FRUIT	CREMA DE ZANAHORIA + TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE + FRUTA CARROT CREAM, SPANISH OMELETTE, TOMATO SALAD,FRUIT	JUDÍAS VERDES REHOGADAS + CINTA DE LOMO CON PATATA PANADERA + FRUTA SAUTEED GREEN BEANS, PORK LOIN WITH POTATOES, FRUIT	ENSALADA DE LEGUMBRES + PAVO AL HORNO CON ENSALADA + YOGUR LEGUME SALAD, BAKED TURKEY, SALAD, YOGHURT	MENESTRA DE VERDURAS +LENGUADO REBOZADO CON ENSALADA + FRUTA VEGETABLES STEW, ROMANA SOLE WITH SALAD, FRUIT
Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
ACELGAS REHOGADAS + MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA + FRUTA SAUETDD CHARD, BAKED HAKE, SALAD, FRUIT	ARROZ TRES DELICIAS + TORTILLA CON QUESO Y TOMATE NATURAL+ FRUTA SPECIAL RIED RICE, CHEESE OMELETTE, TOMATO, FRUIT	CREMA DE CALABAZA + TERNERA A LA PLANCHA CON ENSALADA + FRUTA PUMPKIN CREAM, GRILLED STEAK, SALAD, FRUIT		
Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes
TALLARINES CON VERDURAS + CABALLA A LA PLANCHA CON TOMATE + FRUTA NOODLES WITH VEGETABLES, GRILLED MACKEREL WITH TOMATO SAUCE, FRUIT	CREMA DE PUERROS + TORTILLA CON ATÚN Y ENSALADA + FRUTA LEEKS CREAM, TUNA OMELETTE, SALAD, FRUIT	CHAMPIÑONES REHOGADOS + PAVO AL HORNO CON PATATA ASADA + YOGUR SAUTEED MUSHROOM, BAKED TURKEY WITH POTATOES, YOGHURT	SOPA JULIANA + LACON A LA GALLEGA CON PATATAS + FRUTA JULIANNE SOUP, GALICIAN LACON WITH CHIPS, FRUIT	

El control de calidad de nuestro servicio de comedor está basado en el desarrollo de un sistema de análisis de peligros y puntos de control críticos APPCC, desarrollado de acuerdo con la normativa establecida en la Directiva Europea 93/43 y R.D. 2207/95 de la Comunidad de Madrid, sobre comedores escolares. Se ha contratado una auditoría externa con la empresa Sistemas Integrales de Calidad, encargada de verificar la excelencia de todo el servicio de suministro, manipulación y distribución de alimentos elaborados en nuestras instalaciones, realizándose periódicos análisis de los alimentos, en bruto y elaborados, así como la valoración de los menús y las cenas recomendados para una correcta alimentación. Todo el sistema está supervisado por el servicio de Salud pública del Área V de la Comunidad de Madrid.