



LUNES 04/02
 Patatas con calamares
Stewed potatoes with squid
 Tortilla de queso con lechuga y maíz
Cheese omelette with salad
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread

DIA DE FRANCIA 05/02
 Vichyssoise
Vichyssoise
 Cordon bleu con ensalada
Breaded pork fillet with ham and cheese
 Croissant

MIÉRCOLES 06/02
 Sopa de cocido/ Soup
 Cocido completo
Madrid stlye stew
 Fruta y pan/ Fruit and bread
 Fruta, milk and bread

JUEVES 07/02
 Arroz tres delicias
Three jewel rice
 Merluza al horno con ensalada mixta
Baked hake fillet with salad
 Fruta y pan/ Fruit and bread

VIERNES 01/02
 Macarrones con salsa de tomate
Pasta with tomato sauce
 Escalope de cerdo con ensalada
Pork fillet with salad
 Fruta y pan/ Fruit and bread

VIERNES 08/02
 Judías verdes rehogadas
Sautéed green beans
 Pollo asado con patatas al horno
Baked chicken meat with potatoes
 Fruta y pan/ Fruit and bread

LUNES 11/02
 Puré de verduras
Vegetables purée
 Cinta de lomo adobada con ensalada
Pork tenderloin with salad
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread

MARTES 12/02
 Judías blancas con verduras
Stewed white beans with vegetables
 Caella con tomate y ensalada
Dogfish with tomato and salad
 Fruta y pan/ Fruit and bread

MIÉRCOLES 13/02
 Fideuá alicantina
Fideua
 Filete de pollo plancha con calabacín
Grilled chicken fillet with zucchini
 Fruta, leche y pan
Fruit, milk and bread

JUEVES 14/02
 Lentejas a la casera
Stewed lentils with vegetables
 Tortilla de espinacas con patatas
Spinachs omelette with potatoes
 Fruta y pan/ Fruit and bread

VIERNES 15/02
 Espirales con chorizo
Pasta with chorizo
 Abadejo en salsa de champiñones
Haddock fillet with mushrooms sauce
 Fruta y pan/ Fruit and bread

LUNES 18/02
 Coditos con jamón
Pasta with ham and tomato sauce
 Huevos fritos con ensalada
Fried eggs with salad
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread

MARTES 19/02
 Sopa de cocido/ Soup
 Cocido completo
Madrid stlye stew
 Fruta y pan/ Fruit and bread

MIÉRCOLES 20/02
 Patatas guisadas con verduras
Stewed potatoes with vegetables
 Empanadillas y rabas con ensalada
Tunapatties and breaded squid and salad
 Fruta, leche y pan
Fruit, milk and bread

DIA DE ANDALUCÍA 21/02
 Judías con almejas
Stewed white beans with clams
 Cazón en adobo con ensalada
Marinated dogfish with salad
 Buñuelos/ Typycal Spanish dessert

VIERNES 22/02
 Puré de calabacín
Zucchini purée
 Magro con tomate y ensalada
Pork meat with tomato and salad
 Fruta y pan/ Fruit and bread

LUNES 25/02
 Macarrones con tomate
Pasta with tomato sauce
 Lomo sajonia en salsa con menestra
Kassler in sauce with menestra
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread

MARTES 26/02
 Lentejas estofadas con verduras
Stewed lentils with vegetables
 Tortilla de patatas con ensalada mixta
Potatoes omelette with salad
 Fruta y pan/ Fruit and bread

MIÉRCOLES 27/02
 Puré de verduras natural
Vegetables purée
 Hamburguesa casera con ensalada
Home made hamburger with salad
 Fruta, leche y pan
Fruit, milk and bread

JUEVES 28/02
 Sopa de picadillo
Soup with ham and boiled egg
 Merluza al horno con verduras
Baked hake fillet with vegetables
 Fruta y pan/ Fruit and bread

*** La información sobre alérgenos en los menús está a su disposición.
 *** Bebida diaria: agua./ *** Valoración nutricional realizada para alumnos entre 6-9 años.

COMIDAS	01/02	04/02	05/02	06/02	07/02	08/02	11/02	12/02	13/02	14/02	15/02	18/02	19/02	20/02	21/02	22/02	25/02	26/02	27/02	28/02
Energía (kcal)	666	552	738	701	717	722	532	733	751	559	693	471	590	701	669	516	601	615	660	577
Proteínas (g)	30	26	39	33	29	36	25	42	49	33	39	21	20	33	30	28	33	38	19	29
Grasas (g)	36	27	39	28	23	47	33	41	27	21	21	26	19	28	17	24	14	33	35	24
Glúcidos (g)	42	42	44	68	83	37	20	62	78	45	73	23	69	68	84	33	70	59	53	48

DE CENA:

LUNES 01/02: Pescadilla al horno con verduras, fruta y leche

LUNES 04/02: Espárragos a la plancha, boquerones fritos, fruta y leche

MARTES 05/02: Espinacas a la crema, empanadillas de atún, fruta y leche

MIÉRCOLES 06/02: Menestra de verduras, calamares a la romana, fruta y leche

JUEVES 07/02: Ensalada mixta, croquetas de pescado, fruta y leche

VIERNES 08/02: Pizza al gusto, fruta y leche

LUNES 11/02: Berenjenas rellenas de carne picada, fruta y leche

MARTES 12/02: Espaguetis con gambas, ensalada completa, fruta y leche

MIÉRCOLES 13/02: Crema de calabacín, delicias de merluza con lechuga y maíz, fruta y leche

JUEVES 14/02: Coliflor gratinada, emperador a la plancha con ajo y perejil, fruta y leche

VIERNES 15/02: Verduras asadas, filetes de gallo rebozado, fruta y leche

LUNES 18/02: Atún con tomate, patatas fritas, fruta y leche

MARTES 19/02: Alcachofas rebozadas, filete de pollo a la plancha, fruta y leche

MIÉRCOLES 20/02: Sopa juliana, panga al horno, fruta y leche

JUEVES 21/02: Repollo al ajo, merluza en salsa de tomate, fruta y leche

VIERNES 22/02: sopa de ave, cinta de lomo adobada, fruta y leche

LUNES 25/02: Hamburguesa completa con ensalada, fruta y leche

MARTES 26/02: Sopa de arroz, tortilla de patata, fruta y leche

MIÉRCOLES 27/02: Judías verdes con jamón, merluza a la plancha, fruta y leche

JUEVES 28/02: Brócoli rehogado, calamares a la romana, fruta y leche

Menú Mensual



Alhoma Colectividades
Grupo Alimentación y Hostelería



ALHOMA, S.A.
Calle Mota del Cuervo, 21
28043 Madrid
Telf.: 91 302 48 24 • Fax: 91 383 99 48
Email: info@alhoma.com
www.alhoma.com

