



# C.E.I.P. LLANOS DE MARIN

## Menús febrero 2013

**Viernes 1**  
 - Macarrones Boloñesa con carne de cerdo y tomate.  
 -Varitas de merluza y lechuga  
 -Pan  
 -Agua  
 \*Fruta

<p><b>Lunes 4</b>            -Lentejas con calabaza            -Tortilla de atún            -Tomate            -Pan integral            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Martes 5</b>            -Puré de verduras            -Hamburguesas de pollo a la plancha con tomate, lechuga y maíz            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Miércoles 6</b>            -Sopa de picatostes            -Rosada al horno con patatas            -Tomate            -Pan            -Agua            -Natillas caseras</p>	<p><b>Jueves 7</b>            -Arroz cocido con champiñones            -Tomate            -Huevo            -Salchichas de pavo            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Viernes 8</b>            -Potaje de garbanzos con verduras            -Cazón en adobo            -Lechuga y tomate            -Pan            -Agua            *Fruta</p>
<p><b>Lunes 11</b>            -Sopa de pescado            -Carne de cerdo con tomate            -Patatas fritas            -Pan integral            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Martes 12</b>            -Macarrones con atún y tomate            - Rollitos de jamón de york y queso            -Tiritas de zanahoria y pepino            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Miércoles 13</b>            -Pintarroja con patatas en amarillo            -Lomo al horno con verduras            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Jueves 14</b>            -Alubias estofadas con hortalizas            -Huevo a la plancha            -Lechuga            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Viernes 15</b>            -Ensalada de pepino, maíz, lechuga y zanahoria            -Arroz con verduras            -Pan            -Agua            *Fruta</p>
<p><b>Lunes 18</b>            -Fideuá de mariscos            -Ensalada de lechuga, tomate, maíz y aceitunas            -Pan integral            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Martes 19</b>            -Empedrao de garbanzos, habichuelas y arroz            -Caballa con tomate            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Miércoles 20</b>            -Sopa de picadillo            -Tortilla de patatas            -Rodajas de tomate            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Jueves 21</b>            -Estofado de ternera            -Pechuga de pavo con pepino            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Viernes 22</b>            -Lentejas con verduras            -Calamares con lechuga y tomate            -Pan            -Agua            -Yogur</p>
<p><b>Lunes 25</b>            -Cocido            -Huevos rellenos            -Pan integral            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Martes 26</b>            -Crema de calabacín            -Fletán al horno con patatas panaderas al horno            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<p><b>Miércoles 27</b>            - Ensalada de tomate, maíz, lechuga, atún            -Paella mixta            -Pan            -Agua            *Fruta</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p>*Las frutas serán: manzanas, peras, plátano y naranjas, rotando.</p>	