

Menú ESCOLAR GENERAL, mes de febrero de 2024



| Menú ESCOLAR GENERAL, mes de febrero de 2024 | | | | |
|--|---|---|---|--|
| <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p> <p>SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA FIDEVÍ</p> <p>HOKI CON ENHARINADO CASERO (huevo, harina de trigo)</p> <p>JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON BACON</p> <p>YOGUR</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p> <p>CREMA DE CHAMPIÑONES</p> <p>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Brocheta de pollo con patata y verduras / Fruta</p> </div> </div> | | | | |
| <p>5</p> <p>SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA MARAVILLA</p> <p>CHISPITAS DE MERLUZA CASERAS (huevo, pan rallado)</p> <p>ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con calabacín y zanahoria / Fruta</p> | <p>6</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA Y LEGUMBRE (alubias blancas)</p> <p>JAMONCITO DE POLLO ASADO CON LIMÓN Y ROMERO</p> <p>PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Sopa de pasta y tortilla a la francesa con pan / Fruta</p> | <p>7</p> <p>ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE</p> <p>PALOMETA AL HORNO GRATINADA (bechamel, queso)</p> <p>ENSALADA VARIADA CON ATÚN (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)</p> <p>YOGUR</p> <p>Sugerencia de cena: Arroz con pimientos y alubias pintas / Fruta</p> | <p>8</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y frutos secos / Fruta</p> | <p>9</p> <p>ESPAGUETIS A LA CARBONARA</p> <p>LONGANIZA DE CERDO A LA PLANCHA</p> <p>JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON AJO, TOMATE Y ARROZ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada y pizza casera / Fruta</p> |
| <p>12</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS CON VERDURAS</p> <p>CROQUETAS DE POLLO</p> <p>ENSALADA VARIADA CON QUESO (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Sanfaina de verduras con huevo y pan / Fruta</p> | <p>13</p> <p>MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA</p> <p>FILETE DE PAVO A LA PLANCHA CON CEBOLLA</p> <p>CHAMPIÑONES SALTEADOS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada y lenguado enharinado con patata / Fruta</p> | <p>14</p> <p>FIDEOS DE VERDURAS</p> <p>MERLUZA CON EMPANADO CASERO (huevo, pan rallado)</p> <p>ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>YOGUR</p> <p>Sugerencia de cena: Hervido de patata y verduras con huevo / Fruta</p> | <p>15</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>GUISO DE ALBÓNDIGAS CASERAS (magro de cerdo y babilla de ternera)</p> <p>VERDURAS (cebolla, zanahoria, judías verdes, guisantes) Y PATATA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y pollo troceado / Fruta</p> | <p>16</p> <p>ARROZ DE PESCADO</p> <p>TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO</p> <p>ENSALADA VARIADA CON PIPAS (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Coca de verduras con sardinas / Fruta</p> |
| <p>19</p> <p>SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA PIÑONET</p> <p>HOKI CON ENHARINADO CASERO (huevo, harina de trigo)</p> <p>PATATA, JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada variada y tortilla de patata / Fruta</p> | <p>20</p> <p>POTAJE DE JUDÍAS CON VERDURAS</p> <p>LOMO CON EMPANADO CASERO (huevo, pan rallado)</p> <p>ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, brotes tiernos, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Hervido de patata, judías verdes, zanahoria y guisantes / Fruta</p> | <p>21</p> <p>CREMA DE CHAMPIÑONES Y LEGUMBRE (garbanzos)</p> <p>FRITO DE POLLO (contramuslo de pollo)</p> <p>VERDURAS (cebolla, ajo tierno, pimientos) Y PATATA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Puré de verduras y merluza rebozada con ensalada / Fruta</p> | <p>22</p> <p>PAELLA DE CARNE Y VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con champiñones al curry / Fruta</p> | <p>23</p> <p>ENSALADA CÉSAR</p> <p>MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE ATÚN GRATINADOS</p> <p>(ajo, cebolla, zanahoria, tomate, atún, bechamel, queso)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada y quesadillas variadas / Fruta</p> |
| <p>26</p> <p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>ESTOFADO DE PAVO</p> <p>PATATA Y VERDURAS (cebolla, zanahoria, tomate, guisantes)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>Sugerencia de cena: Ensalada variada y sardinas con pan / Fruta</p> | <p>27</p> <p>ESPAGUETIS CON SALSA DE CHAMPIÑONES</p> <p>ABADEJO CON EMPANADO CASERO (huevo, pan rallado)</p> <p>ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)</p> <p>YOGUR</p> <p>Sugerencia de cena: Sopa de pasta y tortilla de calabacín / Fruta</p> | <p>28</p> | <p>29</p> | |

Fiesta escolar

Si necesita información de los alérgenos contenidos en el menú, contacte con cocinadosbenjamin@hotmail.com

Artículo 4. Requisitos y criterios para la programación de los menús escolares y la frecuencia de consumo semanal

| | Grupos de Alimentos | Frecuencia Semanal | Menú | OBSERVACIONES |
|----|--------------------------------|---|-----------|---------------|
| 1 | ARROZ | 1 | 0-1-1-1-0 | Cumple |
| 2 | Incluir integrales | Incluir | 0-1-0-0-0 | Cumple |
| 3 | PASTA | 1 | 1-2-2-2-1 | No cumple |
| 4 | Incluir integrales | Incluir | 0-0-1-1-0 | Cumple |
| 5 | LEGUMBRES | 1 a 2 (Mínimo 6 al mes) | 0-2-1-2-1 | Cumple |
| 6 | HORTALIZAS-PATATA | 1 a 2 | 1-1-1-1-1 | Cumple |
| 7 | CARNE | 1 a 3 | 0-2-1-2-2 | Cumple |
| 8 | Priorizar carne blanca | Priorizar | 0-1-1-1-2 | Cumple |
| 9 | Preparados cárnicos | Máximo 4 al mes | 0-0-1-0-0 | Cumple |
| 10 | HUEVOS | 1 a 2 | 1-1-1-1-0 | Cumple |
| 11 | PESCADO | 1 a 3 (Mínimo 6 al mes) | 1-2-1-2-1 | Cumple |
| 12 | de los cuales, Azul | Alternar | 0-1-0-1-0 | Cumple |
| 13 | ENSALADAS | 3 a 4 | 1-3-3-3-1 | Cumple |
| 14 | OTRAS | 1 a 2 | 1-2-2-2-2 | Cumple |
| 15 | FRUTA FRESCA DE TEMPORADA | 4 a 5 | 1-4-4-4-2 | Cumple |
| 16 | YOGUR (<12,3g de azúcar/100ml) | 0 a 1 | 1-1-1-1-1 | Cumple |
| 17 | ACEITE PARA COCINAR | Aceite de Oliva o Aceite de Girasol Alto Oleico | | Cumple |
| 18 | ACEITE PARA ALIÑAR | Aceite de Oliva Virgen o Aceite de Oliva Virgen Extra | | Cumple |
| 19 | FRITURAS | Máximo 2 a la semana | 2-2-2-3-2 | No cumple |
| 20 | PRECOCIDADOS | Máximo 3 al mes | 0-0-1-0-0 | Cumple |

Artículo 5. Información de los menús a las familias

Las personas responsables de los centros educativos han de proporcionar a las familias, personas que ejercen la tutela o responsables de los comensales, incluyendo las personas con necesidades especiales (intolerancias, alergias alimentarias y otras enfermedades que así lo exijan), la programación mensual de los menús de la manera más clara y detallada posible y les han de orientar con menús adecuados para que la cena sea complementaria con el menú del mediodía.

La información sobre los menús debe ser accesible a personas con cualquier tipo de diversidad funcional, cuando así lo requieran.

Asimismo, se tiene que poner a disposición de las familias, personas que ejerzan la tutela o responsables de los comensales la información de los productos utilizados para la elaboración de los menús que sea exigible por las normas sobre etiquetado de productos alimentarios y por las normas sobre la información a las personas consumidoras.

Artículo 16. Vigilancia y control

La documentación justificativa de la valoración de la programación del menú por parte de personal cualificado con formación acreditada en nutrición humana y dietética.

La existencia de fichas técnicas de los menús, con la medida de los ingredientes que los integran (volumen y peso).

Las personas responsables de la oferta alimentaria de los centros educativos, de los centros sanitarios y de las dependencias administrativas sanitarias deben tener a disposición de la Dirección General de Salud Pública y Participación el etiquetado nutricional de los alimentos envasados y/o la documentación necesaria para saber los contenidos nutricionales y el tipo de alimentos que se ofrecen en los bares, cantinas, quioscos o máquinas expendedores ubicado en sus recintos.

Los centros educativos, a través del consejo escolar, pueden constituir una comisión de comedor con el fin de hacer el seguimiento, la valoración del servicio de comedor, de conformidad con el contenido de este Decreto.

