



MIRABAL

MENU FEBRERO

NO LEGUMBRE



| | | | | | | |
|----------|---|---|--|---|---|--|
| Semana 1 | Lunes 30/01/2023 | Martes 31/01/2023 | Miércoles 01/02/2023 | Jueves 02/02/2023 | Viernes 03/02/2023 | |
| | | | Arroz 3 delicias(YORK,HUEVO,ZANAHORIA) | Crema de calabacín | QUINOA CON BROCOLI REHOGADO | |
| | | | Merluza plancha con lechuga y zanahoria | TERNERA PLANCHA con ensalada mezclum | Tortilla de patata, cebolla y calabacín con ensalada | |
| | | | Fruta | Fruta | Fruta/ Yogur | |
| | | | | | | |
| Semana 2 | Lunes 06/02/2023 | Martes 07/02/2023 | Miércoles 08/02/2023 | Jueves 09/02/2023 | Viernes 10/02/2023 | |
| | Crema de verdura | TRIGO CON VERDURAS | PASTA SIN GLUTEN a la sorrentina | Sopa de cocido FIDEOS SIN GLUTEN | Arroz con tomate | |
| | Lomo adobado a la plancha con ensalada | Tortilla francesa con ensalada | Merluza plancha con patatas al limón | GUIISO DE POLLO,ZANAHORIA,REPOLLO Y PATATA | Palometa al horno con ensalada | |
| | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta/ Yogur | |
| | | | | | | |
| Semana 3 | Lunes 13/02/2023 | Martes 14/02/2023 | Miércoles 15/02/2023 | Jueves 16/02/2023 | Viernes 17/02/2023 | |
| | QUINOA CON BROCOLI | Crema de calabacín | ARROZ PILAF | Sopa de LETRAS SIN GLUTEN | PASTA SIN GLUTEN con tomate y verduritas | |
| | Tortilla francesa con ensalada | POLLO con patatas | DELICIAS PESCADO con ensalada | Cerdo asado en adobo con ensalada | Lengüadina con verduritas | |
| | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta/ Yogur | |
| | | | | | | |
| Semana 4 | Lunes 20/02/2023 | Martes 21/02/2023 | Miércoles 22/02/2023 | Jueves 23/02/2023 | Viernes 24/02/2023 | |
| | Crema de calabaza y zanahoria | Arroz 3 delicias(YORK,HUEVO,ZANAHORIA) | TRIGO TIERNO CON VERDURAS | PASTA SIN GLUTEN a la carbonara | FESTIVO | |
| | Aguja cerdo plancha con lechuga | Palometa plancha y ensa. zanahoria | Tortilla de patata con ensalada | Merluza a la plancha con verduritas NO JUDÍAS VERDES | | |
| | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Semana 5 | Lunes 27/02/2023 | Martes 28/02/2023 | Miércoles 01/03/2023 | Jueves 02/03/2023 | Viernes 03/03/2023 | |
| | FESTIVO | Crema de zanahoria y puerro | | | | |
| | | | POLLO con ensalada | | | |
| | | | Fruta | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |