SERUNION

feb-26

C. MERCEDARIAS CHAMARTÍN

LUNES 2
Brócoli salteado con patatas
Ragout de ternera en salsa aromática
Cous cous
Pan integral
Fruta fresca de temporada

MARTES 3
Guiso de garbanzos con verduras
Merluza al gratén
Ensalada de lechuga y maíz dulce
Pan
Fruta fresca de temporada

MIÉRCOLES 4
Espirales salteados con champiñones y york
Huevos cocidos con pisto de verduras
Pan
Yogur

JUEVES 5
Crema de calabaza
Pollo al estilo riojano
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca de temporada

VIERNES 6
Arroz con verduras y salsa de soja
Abadejo a la andaluza
Ensalada de lechuga y tomate fresco
Pan integral
Fruta fresca de temporada

LUNES 9
Guiso de lentejas con verduras
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de lechuga y tomate fresco
Pan integral
Fruta fresca de temporada

10
Macarrones al pomodoro con albahaca
Merluza a la bilbaína
CRUNCHYBANZOS (NUTRILAB)
Pan
Fruta fresca de temporada

MIÉRCOLES 11
Paella de verduritas
Contramuslo de pollo horneado o plancha
Ensalada de lechuga y brotes de soja
Pan
Yogur

JUEVES 12
Sopa casera de cocido con fideos
Cocido completo al estilo tradicional
Pan
Fruta fresca de temporada

VIERNES 13
Crema de puerro y zanahoria
Albóndigas al chilindrón
Patatas dado
Pan integral
Fruta fresca de temporada

LUNES 16
Arroz integral con salsa de tomate casera
Bacalao rebozado
Ensalada de lechuga y maíz dulce
Pan integral
Fruta fresca de temporada

MARTES 17
Crema de calabacín
Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza
Patatas cocidas
Pan
Fruta fresca de temporada

MIÉRCOLES 18
Alubias blancas guisadas con verduras
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate fresco
Pan
Yogur

JUEVES 19
Judías verdes salteadas con patata
Cinta de lomo adobado al horno/ plancha
Ensalada de lechuga y remolacha
Pan
Fruta fresca de temporada

VIERNES 20
Lacitos de pasta al pesto
Caballa en salsa napolitana
Zanahoria dado salteada
Pan integral
Fruta fresca de temporada

LUNES 23
Arroz a banda
Flamenquines
Ensalada de col fresca
Pan integral
Fruta fresca de temporada

MARTES 24
Sopa casera de cocido con fideos
Cocido completo al estilo tradicional
Pan
Fruta fresca de temporada

MIÉRCOLES 25
Coditos gratinados con queso
Merluza en salsa verde con guisantes
Pan
Yogur

JUEVES 26
Crema de verduras y hortalizas
Hamburguesa mixta a la española
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca de temporada

VIERNES 27
Guiso de lentejas eco con zanahoria
Tortilla de queso
Ensalada de lechuga y tomate fresco
Pan integral
Fruta fresca de temporada

Menú Basal

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera en salsa aromática Cous cous Fruta fresca y pan integral Kcal: 678,871 prot (g): 30,296 lip (g): 30,215 hc (g): 65,486	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca y pan Kcal: 636,394 prot (g): 24,687 lip (g): 28,363 hc (g): 64,961	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto Yogur sabor y pan Kcal: 520,528 prot (g): 23,612 lip (g): 19,197 hc (g): 61,951	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca y pan Kcal: 620,495 prot (g): 26,707 lip (g): 24,128 hc (g): 69,632	Arroz con verduras y salsa de soja Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca y pan integral Kcal: 582,337 prot (g): 24,15 lip (g): 15,67 hc (g): 83,057
09	nutrilab ¡Por la buena de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca y pan integral Kcal: 592,029 prot (g): 20,908 lip (g): 19,178 hc (g): 75,737	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Crunchybanzos Fruta fresca y pan Kcal: 646,877 prot (g): 27,542 lip (g): 19,861 hc (g): 84,616	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Yogur y pan Kcal: 645,045 prot (g): 30,199 lip (g): 22,057 hc (g): 80,488	Sopa de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional Fruta fresca y pan Kcal: 527,285 prot (g): 21,398 lip (g): 19,083 hc (g): 61,844	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca y pan integral Kcal: 742,69 prot (g): 24,518 lip (g): 38,288 hc (g): 68,886
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao rebozado Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca y pan integral Kcal: 631,527 prot (g): 20,08 lip (g): 20,612 hc (g): 87,528	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca y pan Kcal: 592,228 prot (g): 30,108 lip (g): 22,942 hc (g): 62,851	Alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan Kcal: 591,686 prot (g): 30,368 lip (g): 19,408 hc (g): 71,15	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado al horno/ plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan Kcal: 455,579 prot (g): 20,476 lip (g): 12,085 hc (g): 61,191	Lacitos de pasta al pesto Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca y pan integral Kcal: 840,001 prot (g): 35,823 lip (g): 41,154 hc (g): 76,699
23	24	25	26	27
Arroz a banda Flamenquines Ensalada de col fresca Fruta fresca y pan integral Kcal: 667,089 prot (g): 22,71 lip (g): 19,913 hc (g): 94,29	Sopa de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional Fruta fresca y pan Kcal: 527,285 prot (g): 21,398 lip (g): 19,083 hc (g): 61,844	Coditos gratinados con queso Merluza en salsa verde con guisantes Yogur y pan Kcal: 573,902 prot (g): 30,518 lip (g): 14,938 hc (g): 76,866	Crema de verduras y hortalizas Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca y pan Kcal: 725,928 prot (g): 22,115 lip (g): 36,671 hc (g): 71,824	Guiso de lentejas eco con zanahoria Tortilla de queso Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca y pan integral Kcal: 614,939 prot (g): 30,926 lip (g): 26,154 hc (g): 57,904
02	03	04	05	06

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
Verdura	>	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	>	Verdura
Legumbres	>	Verdura o Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
Huevo	>	carne o Pescado
Pescado	>	Huevo o carne
Legumbres	>	Verdura o Huevo
carne	>	Huevo o Pescado

Fruta o lácteo

SERUNION EDUCA

Puedes consultar la declaración de alérgenos por platos en el listado adjunto a este menú.

DOWN España · FACE · Fundación Vicki Bernadet

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Brócoli salteado con patatas														14
			Segundo	Ragout de ternera en salsa aromática	1	2	3						9		11	12		14
			Guarnición	Cous cous	1								9		11			
		Martes	Primero	Guiso de garbanzos con verduras														14
			Segundo	Merluza al gratén			3	4					9					
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Miércoles	Primero	Espirales salteados con champiñones y york	1	2	3						9		11			14
			Segundo	Huevos duros con pisto			3											
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	Crema de calabaza														14
			Segundo	Pollo al estilo riojano	1													14
			Guarnición	Patatas fritas														
		Viernes	Primero	Arroz con verduras y salsa de soja	1	2	3						9		11	12		14
			Segundo	Abadejo a la andaluza	1			4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Martes	Primero	Macarrones al pomodoro con albahaca	1								9		11			
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Crunchybanzos							7	8		10				14
		Miércoles	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y brotes de soja									9					14
		Jueves	Primero	Sopa de cocido con fideos														
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	3						9					14
			Guarnición	0														
		Viernes	Primero	Crema de puerro y zanahoria														14
			Segundo	Albóndigas al chilindrón	1	2	3						9					14
			Guarnición	Patatas dado														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Bacalao rebozado	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14
		Martes	Primero	Crema de calabacín														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2									11			14
			Guarnición	Patatas cocidas														14
		Miércoles	Primero	Alubias blancas con verduras	1	2	3									12		14
			Segundo	Tortilla francesa			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Judías verdes salteadas con patata														14
			Segundo	Cinta de lomo adobado al horno/ plancha	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Lacitos de pasta al pesto	1	2	3						9		11			
			Segundo	Caballa en salsa napolitana														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
	Semana 4	Lunes	Primero	Arroz a banda					5	6								14
			Segundo	Flamenquines	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Martes	Primero	Sopa de cocido con fideos														
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	3						9					14
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	Coditos gratinados con queso	1	2	3						9		11			
			Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes				4										
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Hamburguesa mixta a la española	1	2	3						9					14
			Guarnición	Patatas fritas														
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas eco con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de queso		2	3						9					
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 5	Lunes	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	Macarrones a la carbonara	1	2	3						9		11			
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Miércoles	Primero	Crema de boniato, calabaza y puerro														14
			Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6			9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas														14
		Viernes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Tortilla francesa con jamón york	1	2	3						9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche.

Menú SIN GLUTEN

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera en salsa aromática Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Macarrones sin gluten aglio-olio Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan sin gluten	Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
09	10	11	12	13
Brócoli salteado con patatas Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína Crunchybanzos Yogur sabor y pan sin gluten	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Sopa de ave con fideos sin gluten Cocido murciano - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan sin gluten	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de ave con fideos sin gluten Cocido murciano - Triturado de frutas y pan	Coditos sin gluten con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan sin gluten	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
02	03	04	05	06

Menú SIN LACTOSA

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera en salsa aromática Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur de soja y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Crunchybanzos Yogur de soja y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos con caldo casero Cocido murciano - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos con caldo casero Cocido murciano - Triturado de frutas y pan	Coditos sin gluten con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur de soja y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN PESC, MARISCO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera en salsa aromática Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Filete de pavo en salsa Crunchybanzos Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Lacitos de pasta al pesto Jamoncitos de pollo al horno Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos gratinados con queso Pollo al ajillo - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN PESCADO, SÉSAMO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera en salsa aromática Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09		11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Filete de pavo en salsa Crunchybanzos Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Lacitos de pasta al pesto Jamoncitos de pollo al horno Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos gratinados con queso Pollo al ajillo - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

SERUNION EDUCA

Menú SIN PLV

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Cinta de lomo fresca a la plancha Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur de soja y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Crunchybanzos Yogur de soja y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos con caldo casero Garbanzos con patata y pollo - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Pollo al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos con caldo casero Garbanzos con patata y pollo - Triturado de frutas y pan	Coditos con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur de soja y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN HUEVO, PESCADO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Jamoncitos de pollo al horno - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Filete de pavo en salsa Crunchybanzos Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones aglio-olio Jamoncitos de pollo al horno Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos con salsa de tomate casera Pollo al ajillo - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN HUEVO, F.SECOS

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Jamoncitos de pollo al horno - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz a banda Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN HUEVO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Jamoncitos de pollo al horno - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Crunchybanzos Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz a banda Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos con caldo casero Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos con salsa de tomate casera Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN LEGUMBRE, FRUTOS SECOS

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Brócoli salteado con zanahoria Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones sin soja aglio-olio Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Brócoli salteado con patatas Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Coditos sin soja con tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de ave con fideos sin soja Patatas guisadas con pollo - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Pollo al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Pisto a la bilbaína con patata Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Crema de calabacín Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones sin soja aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de ave con fideos sin soja Patatas guisadas con pollo - Triturado de frutas y pan	Coditos sin soja con tomate Filete de merluza al horno/plancha - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN LEGUMBRE

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Brócoli salteado con zanahoria Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Brócoli salteado con patatas Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Coditos sin soja con tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de ave con fideos sin soja Patatas guisadas con pollo - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Pollo al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Pisto a la bilbaína con patata Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Crema de calabacín Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones sin soja aglio-olio Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz salteado con champiñones Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de ave con fideos sin soja Patatas guisadas con pollo - Triturado de frutas y pan	Coditos sin soja con tomate Filete de merluza al horno/plancha - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Contramuslo de pollo horneado o plancha Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN FRUTOS SECOS

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Filete de abadejo a la romana Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Lacitos de pasta al pesto Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz a banda Flamenquines Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos gratinados con queso Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN SÉSAMO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Filete de abadejo a la romana Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Lacitos de pasta al pesto Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz a banda Jamoncitos de pollo en salsa Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos gratinados con queso Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

Menú SIN F.SECOS, PLATANO

Colegio Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brócoli salteado con patatas Ragout de ternera Cous cous Fruta fresca de temporada y pan integral	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Espirales salteados con champiñones y york Huevos duros con pisto - Yogur sabor y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Filete de abadejo a la romana Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral
09	nutrilab ¡Es la hora de aprender a comer!	11	12	13
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas al chilindrón Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan integral
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan integral	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur sabor y pan	Judías verdes salteadas con patata Cinta de lomo adobado horneado o plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	Lacitos de pasta al pesto Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan integral
23	24	25	26	27
Arroz a banda Flamenquines Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	Sopa de fideos Cocido completo al estilo tradicional - Triturado de frutas y pan	Coditos gratinados con queso Merluza en salsa verde con guisantes - Yogur sabor y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras Hamburguesa mixta a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan integral
02	03	04	05	06

SERUNION EDUCA

Menú DBT 5,5R

Nuestra Señora de la Merced

FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Brocoli con patatas (patata 65g 1r) Ragout de ternera Cous cous (90g 2r) Fruta fresca (1r) / pan integral (30g 1,5r)	Garbanzos (150g 3r) con verduras Merluiza al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Espirales salteados con champiñones y york (135g 3r) Huevos duros con pisto Yogur desnatado (1r) / pan (30g 1,5r)	Crema de calabaza (195g 3r) Pollo al estilo riojano Ensalada de lechuga y aceituna Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Arroz con verduras y salsa de soja (114g 3r) Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca (1r) / pan integral (30g 1,5r)
09	10	11	12	13
Lenmtejas con verduras (125g 2,5r) Tortilla de patata y cebolla (54g 2r) Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca (1r) /	Macarrones al pmodoro con albahaca (112,5g 2,5r) Merluza a la bilbaína Crunchybanzos (50g 1r) Fruta fresca (0,5r) / pan (30g 1,5r)	Paella de verduitas (114g 3r) Contramuslo de pollo horneado o a la plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Yogur desnatado (1r) / pan (30g 1,5r)	Sopa casera de cocido con pasta (pasta cocido 68g) (1,5r) Garbanzos con patata, col, pollo y ternera (garbanzos cocidos 83g + pat. cocida 33g) Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Crema de puerro y zanahoria (195g 3r) Albóndigas al chilindrón Patatas dado (38g 1r) Fruta fresca (0,5r) / pan integral (20g 1r)
16	17	18	19	20
Arroz integral con salsa de tomate casera (114g 3r) Bacalao al horno o a la plancha Ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca (1r) / pan integral (30g 1,5r)	Crerma de calabacin (195g 3r) Jamoncitos de pollo en salsa de mostaza Ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca (0,5r) / pan (30g 1,5r)	Potaje de alubias (150g 3r) con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur desnatado (1r) / pan (30g 1,5r)	Judias verdes salteadas con patata (195g patata 3r) Cinta de lomo adobada Ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Lacitos de pasta al pesto (135g 3r) Caballa en salsa napolitana Zanahoria dado Fruta fresca (1r) / pan integral (30g 1,5r)
23	24	25	26	27
Arroz a banda (114g 3r) Filete de pav oen salsa Ensalada de lechuga, tomate y remoolacha Fruta fresca (0,5r) / pan integral (30g 1,5r)	Sopa casera de cocido con pasta (pasta cocido 68g) (1,5r) Garbanzos con patata, col, pollo y ternera (garbanzos cocidos 83g + pat. cocida 33g) Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Coditos gratinados con queso (135g 3r) Merluza en salsa verde con guisantes Yogur desnatado (1r) / pan (30g 1,5r)	Crema de verduras y hortalizas (130g 2r) Hamburguesa a la española Patatas fritas (38g 1r) Fruta fresca (1r) / pan (30g 1,5r)	Lentejas eco con zanahoria (150g 3r) Tortilla de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca (1r) / pan integral (30g 1,5r)
02	03	04	05	06
Macarrones (90g 2r) con tomate Lomo de cerdo con ajo y perejil Lechuga, col y zanahoria Yogur desnatado edulcorado (0,5r) /	Lentejas (100g 2r) Bacalao al horno o a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y soja Naranja (0,5r) /	Arroz con tomate (76g 2r) Cinta de lomo al horno o a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y soja Fruta fresca (0,5r) /	Lentejas con verduras (175g 3,5r) Pavo al horno con tomate y cebolla Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca (0,5r) / pan (30g 1,5r)	Arroz integral con salsa de tomate casera (133g 3,5r) Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca (0,5r) / pan integral (30g 1,5r)