

menú de febrero

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	POSTRES
1ª			1 Patatas con Costilla Pechuga de pollo c/ensalada	2 Alubias blancas Cinta de lomo c/ calabacín	3 Paella Filetes de lenguado c/ ensalada	LACTEO Y FRUTA
2ª	6 Lentejas estofadas Hamburguesas c/ patatas fritas	7 Patatas con carne Huevos rellenos c/ensalada	8 Fidegua Varitas de merluza c/mahonesa	9 Garbanzos c/ chorizo Filete ternera c/ensalada	10 Puré de verduras Sanjacobos c/champiñones	LACTEO Y FRUTA
3ª	13 Sopa de cocido Muslo de pollo C/ ensalada	14 Alubias pintas Hamburguesa c/tomate	15 Espaguetis c/ tomate Chuleta de Sajonia c/ calabacin	16 Lentejas estofadas Tortilla de patata c/sardinias	17 Arroz blanco c/tomate varitas c/ensalada	LACTEO Y FRUTA
4ª	20 CARNAVAL	21 CARNAVAL	22 Espirales con atún Huevos rellenos con ensalada	23 Alubias balncas Pechuga de pollo c/ patatas fritas	24 Paella Lenguado c/calabacín	LACTEO Y FRUTA
5ª	27 Lentejas estofadas San jacobó c/ensalada	28 Canelones Rotti de pavo C/ensalada	29 Patatas con carne Filete de ternera c/patatas fritas			

NORMAS DE COMEDOR

- *Cada alumno/a respetará el horario de entrada. *La entrada al pasillo será solo por la puerta del comedor. *Cada alumno/a deberá limpiara su bandeja.
- *Por respeto a los demás se dejará la mesa limpia. *Se respetará el orden de llegada a la fila. *Cada alumno/a se servirá lo que va a comer, no se permite tirar la comida.
- *De no ser por alguna razón muy importante, hay que servirse y comer de todo. *En el comedor se guardaran las normas de educación. (respeto a los demás, buenos modales, etc.) *No se puede sacar comida del comedor. *Hay que estar atentos para oír y cumplir las indicaciones de los educadores del comedor. *Durante el tiempo de recreo del comedor no se puede salir del recinto colegial.

***** El incumplimiento de alguna de las normas dará lugar a la baja temporal o definitiva en el servicio de comedor**

➤ LES RECUERDO QUE LAS DIETAS **TIENEN** QUE SER SOLICITADAS POR ESCRITO FIRMADO POR EL PADRE/MADRE Y ENTREGADAS AL TUTOR/A ANTES DE LAS 11:00 HORAS.

➤ CUANDO HAYA QUE SUMINISTRAR ALGÚN MEDICAMENTO, ES **IMPRESINDIBLE** LA COMUNICACIÓN POR ESCRITO AL TUTOR/A, INDICANDO LA DOSIS QUE DEBE TOMAR.



DIETA EQUILIBRADA

- * Suficiente (energía)
- * Completa (macro y micro nutrientes)
- * Variada
- * Proporción adecuada de todos los nutrientes
- * Adecuada manipulación e higiene de los alimentos

menù

CARACTERÍSTICAS DIETA EQUILIBRADA

