

# ASOCIACIÓN DE FAMILIAS DE ALUMNOS (A.F.A.)

COLEGIO ESPAÑOL MARIA MOLINER - ANDORRA LA VELLA  
SEDE DE SECUNDARIA Y BACHILLERATO

## COMEDOR ESCOLAR CURSO 2021/2022 - MENÚ FEBRERO 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
	Ensalada Sopa de pasta Costilla agridulce con wok de verduras Fruta	Ensalada completa <i>(Lechuga, zanahoria, remolacha, tomate, espárragos y tortilla de patatas)</i> Lentejas con quinoa Yogur	Ensalada Macarrones carbonara Pescado al horno Fruta	Ensalada Paella de verduras Hamburguesa de ternera con tomates a la provenzal Fruta
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
Ensalada Espaguetis con salsa basilico Pescado rebozado con calabacín salteado Fruta	Ensalada completa <i>(Lechuga, zanahoria, remolacha, tomate, espárragos, queso y huevo duro)</i> Paella Yogur	Ensalada Crema de verduras Pollo al curry con cuscús Fruta	Ensalada Garbanzos vegetarianos Salchicha a la plancha Fruta	Ensalada Sopa de pasta Estofado de ternera con minestrone Flan
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Ensalada completa <i>(Lechuga, zanahoria, tomate, maíz, aceitunas, manzana y surimi)</i> Lasaña Fruta	Ensalada Judías estofadas con verduras Empanadillas de atún con zanahorias baby Fruta	Ensalada Trinxat de col Pollo al horno con verduras Yogur	Ensalada Arroz tres delicias Pescado a la marinera Fruta	Ensalada Consomé con picadillo Lomo a la plancha con patatas fritas Fruta
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
Ensalada Arroz con salsa de tomate Pollo a la plancha con pimiento italiano Fruta	Ensalada Judías verdes con patatas Albóndigas Fruta	Ensalada Escudella Pavo al horno con verduras Yogur	Ensalada Macarrones napolitana Pescado al horno con tomate y cebolla Fruta	Ensalada Crema de calabacín Pizza Helado

- En caso de algún imprevisto, nos veremos obligados a modificar estos menús sin previo aviso -

\* Consejo nutricional: Si quieres que tu comida esté equilibrada, deberías de incluir 3 grupos de alimentos:  
**VEGETAL + HIDRATOS DE CARBONO + PROTEINA**

\* Menús planificados por **ESPAI DE DIETÈTICA APLICADA** \* **BERTA JIMÉNEZ BOVER** - DIETISTA NUTRICIONISTA