



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

FEBRERO 2019

sodexo
SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de zanahoria	Lentejas	Guisantes con jamón	Tallarines con tomate
2º plato	Salmón con arroz	Pizza	Palometa con patatas fritas	Huevos fritos con salchichas y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Yogur
Recomendación	<i>Recomendación Cena: Salchichas con patatas</i>	<i>Recomendación: Filete de merluza con ensalada</i>	<i>Recomendación cena: Huevos fritos con arroz</i>	<i>Recomendación cena: Pechuga de pollo con verduras</i>	<i>Recomendación Cena: Pescado con ensalada</i>
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Macarrones con tomate
2º plato	Hamburguesa con arroz blanco	Tallarines boloñesa	Merluza con patatas fritas	Lomo asado con puré de patata	Bacalao con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación	<i>Recomendación Cena: Ensaladilla rusa</i>	<i>Recomendación Cena: Pescado frito con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Menestra con huevo</i>	<i>Recomendación Cena: Pescado con ensalada</i>	<i>Recomendación cena: Hamburguesa completa</i>
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Tallarines carbonara	Rollitos de primavera	Crema de calabacín
2º plato	Palometa con patatas	Huevos fritos con salchichas, arroz y tomate	Merluza con ensalada	Pollo chon-suey con arroz tres delicias	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
Recomendación	<i>Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Pollo al ajillo con patatas</i>	<i>Recomendación Cena: Albóndigas con patatas</i>	<i>Recomendación Cena: Filete de lomo con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Pizza casera</i>
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de verduras	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Paella de pescado	Pollo asado con patatas	Fideuá de carne	Bacalao con patatas fritas	Lasaña
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación	<i>Recomendación Cena: Sopa y judías verdes con jamón</i>	<i>Recomendación Cena: Lomo adobado con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Pescado con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Croquetas con ensalada</i>	<i>Recomendación cena: Tortilla francesa de jamón con arroz</i>
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz tres delicias	Espirales con tomate y queso	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta	Crema de zanahoria
2º plato	Filete milanese con ensalada	Tortilla de patata con ensalada	Merluza con patatas	Albóndigas con arroz y tomate	Palometa con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina
Recomendación	<i>Recomendación Cena: Sándwich mixto vegetal</i>	<i>Recomendación Cena: Filete de ternera con patatas</i>	<i>Recomendación Cena: Pechuga de pollo con menestra</i>	<i>Recomendación Cena: Pescado con ensalada</i>	<i>Recomendación Cena: Filete de pavo con puré de patata</i>



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN GLUTEN



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SG	Crema de zanahoria	Lentejas	Guisantes con jamón	Pasta SG con tomate
2º plato	Salmón con arroz	Pizza SG	Palometa con patatas fritas	Huevos fritos con salchichas SG y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Yogur
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Pasta SG con tomate
2º plato	Hamburguesa SG con arroz blanco	Pasta SG boloñesa	Merluza con patatas fritas	Lomo asado con puré de patata	Bacalao con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Pasta SG con tomate	 Empanadilla oriental SG	Crema de calabacín
2º plato	Palometa con patatas	Huevos fritos con salchichas SG, arroz y tomate	Merluza con ensalada	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SG	Crema de verduras	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Paella de pescado	Pollo asado con patatas	Guiso de carne con pasta SG	Bacalao con patatas fritas	Lasaña SG
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz tres delicias	Pasta SG con tomate y queso	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta SG	Crema de zanahoria
2º plato	Filete plancha con ensalada	Tortilla de patata con ensalada	Merluza con patatas	Albóndigas SG con arroz y tomate	Palometa con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN LACTOSA




	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de zanahoria SL	Lentejas	Guisantes con jamón	Tallarines con tomate
2º plato	Salmón con arroz	Pizza casera SL (sin queso)	Palometa con patatas fritas	Huevos fritos con salchichas y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Postre de soja
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza SL	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Macarrones con tomate
2º plato	Hamburguesa con arroz blanco	Tallarines boloñesa (sin queso)	Merluza con patatas fritas	Lomo asado con patatas	Bacalao con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Pasta con tomate	 Croquetas SL	Crema de calabacín SL
2º plato	Palometa con patatas	Huevos fritos con salchichas SL, arroz y tomate	Merluza con ensalada	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Postre de soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Poste sin lactosa	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de verduras SL	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Paella de pescado	Pollo asado con patatas	Fideuá de carne	Bacalao con patatas fritas	Pasta boloñesa (sin queso)
Postre	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz tres delicias	Espirales con tomate (sin queso)	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta	Crema de zanahoria
2º plato	Filete milanese con ensalada	Tortilla de patata con ensalada	Merluza con patatas	Albóndigas con arroz y tomate	Palometa con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Postre de soja



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN HUEVO



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SH	Crema de zanahoria	Lentejas	Guisantes con jamón	Pasta SH con tomate y queso
2º plato	Salmón con arroz	Pizza SH	Palometa con patatas fritas	Salchichas y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Yogur
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Pasta SH con tomate
2º plato	Hamburguesa SH con arroz blanco	Pasta SH boloñesa	Merluza con patatas fritas	Lomo asado con puré de patata	Bacalao con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Pasta SH con tomate	 Croquetas SH	Crema de calabacín
2º plato	Palometa con patatas	Salchichas SH con arroz y tomate	Merluza con ensalada	Pollo chop-suey con arroz blanco	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SH	Crema de verduras	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Paella de pescado	Pollo asado con patatas	Carne guisada con pasta SH	Bacalao con patatas fritas	Pasta SH boloñesa
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz con verduras	Pasta SH con tomate y queso	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta SH	Crema de zanahoria
2º plato	Filete plancha con ensalada	Filete de pollo con ensalada	Merluza con patatas	Albóndigas SH con arroz y tomate	Palometa con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN HUEVO ENTERO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de zanahoria	Lentejas	Guisantes con jamón	Tallarines con tomate
2º plato	Salmón con arroz	Pizza	Palometa con patatas fritas	Salchichas y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Yogur
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Macarrones con tomate
2º plato	Hamburguesa con arroz blanco	Tallarines boloñesa	Merluza con patatas fritas	Lomo asado con puré de patata	Bacalao con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Tallarines carbonara	 Rollitos de primavera	Crema de calabacín
2º plato	Palometa con patatas	Salchichas SH con arroz y tomate	Merluza con ensalada	Pollo chop-suey con arroz blanco	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta	Crema de verduras	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Paella de pescado	Pollo asado con patatas	Fideuá de carne	Bacalao con patatas fritas	Lasaña
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz con verduras	Espirales con tomate y queso	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta	Crema de zanahoria
2º plato	Filete milanese con ensalada	Filete de pollo con ensalada	Merluza con patatas	Albóndigas con arroz y tomate	Palometa con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN HUEVO-PESCADO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SH	Crema de zanahoria	Lentejas	Guisantes con jamón	Pasta SH con tomate y queso
2º plato	Filete de lomo con arroz	Pizza SH	Filete de ternera con patatas fritas	Salchichas y patatas	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Yogur
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Arroz milanese	Menestra con chorizo	Pasta SH con tomate
2º plato	Hamburguesa SH con arroz blanco	Pasta SH boloñesa	Filete de pollo con patatas fritas	Lomo asado con puré de patata	Filete de ternera con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas	Judías verdes con jamón	Pasta SH con tomate	 Croquetas SH	Crema de calabacín
2º plato	Filete de lomo con patatas	Salchichas SH con arroz y tomate	Filete de ternera con ensalada	Pollo chop-suey con arroz blanco	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta SH	Crema de verduras	Lentejas	Arroz con tomate	Fabada
2º plato	Filete de ternera con arroz	Pollo asado con patatas	Carne guisada con pasta SH	Filete de lomo con patatas fritas	Pasta SH boloñesa
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz con verduras	Pasta SH con tomate y queso	Garbanzos con chorizo	Sopa de pasta SH	Crema de zanahoria
2º plato	Filete plancha con ensalada	Filete de pollo con ensalada	Salchichas con patatas	Albóndigas SH con arroz y tomate	Filete de ternera con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina



COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ DIABETES



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
1º plato	Sopa de pasta (ligera)	Crema de zanahoria	Lentejas vegetales	Guisantes con jamón	Tallarines con tomate (1 cuenco sopa)
2º plato	Salmón con arroz (1 vaso pequeño)	Pizza	Palometa con patatas cocidas	Tortilla francesa con patata cocida	Filete de pollo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada	Yogur desnatado
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019
1º plato	Crema de calabaza	Garbanzos vegetales	Arroz milanés (1/2 cuenco sopa)	Menestra rehogada	Pasta (1/2 cuenco sopa) con tomate
2º plato	Hamburguesa con arroz (1 vaso pequeño)	Tallarines (1 cuenco sopa) boloñesa	Merluza plancha con patatas cocidas	Lomo asado con puré de patata (1/2 cuenco sopa)	Bacalao plancha con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019
1º plato	Lentejas vegetales	Judías verdes con jamón	Pasta (1/2 cuenco sopa) con tomate	Verduras salteadas	Crema de calabacín
2º plato	Palometa plancha con patatas cocidas	Huevos fritos con arroz (1 vaso pequeño) y tomate	Merluza plancha con ensalada	Pollo chop-suey con arroz tres delicias (1 vaso pequeño)	Ragout de pavo con patatas y verduras
Postre	Yogur desnatado	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019
1º plato	Sopa de pasta (ligera)	Crema de verduras	Lentejas vegetales	Arroz (1 vaso pequeño) con tomate	Alubias vegetales
2º plato	Paella de pescado (1 cuenco sopa)	Pollo asado con patatas cocidas	Fideuá de carne (1 cuenco sopa)	Bacalao plancha con patatas cocidas	Pasta (1 cuenco sopa) boloñesa
Postre	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019	01/03/2019
1º plato	Arroz tres delicias (1 vaso pequeño)	Pasta (1/2 cuenco sopa) con tomate	Garbanzos vegetales	Sopa de pasta (ligera)	Crema de zanahoria
2º plato	Filete plancha con ensalada	Tortilla francesa con ensalada	Merluza plancha con patatas cocidas	Albóndigas con arroz (1 vaso pequeño) y tomate	Palometa plancha con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur desnatado	Fruta de temporada	Yogur desnatado