COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

FEBRERO 2020

sodexo
SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	03/02/2020	**04/02/2020**	**05/02/2020**	**06/02/2020**	**07/02/2020**
1º plato	Lentejas	Crema de zanahoria	Arroz tres delicias	Caldo gallego	Macarrones con tomate
2º plato	Ragout de pavo con patatas y verduras	Lasaña boloñesa	Merluza con ensalada	Lomo asado con patatas	Bonito a la plancha con champiñones al ajillo
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natilla
Recomendación	*Recomendación Cena: Ensaladilla rusa*	*Recomendación Cena: Pescado frito con ensalada*	*Recomendación Cena: Menestra con huevo*	*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación cena: Hamburguesa completa*
	10/02/2020	**11/02/2020**	**12/02/2020**	**13/02/2020**	**14/02/2020**
1º plato	Arroz con tomate	Judías verdes con huevo cocido	Crema de verdura	Potaje de garbanzos	Sopa de pasta
2º plato	Palometa con ensalada	Pollo asado con patatas	Fideuá de ternera	Tortilla de calabacín con ensalada	Merluza con patatas fritas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con patatas*	*Recomendación Cena: Sándwich mixto vegetal*	*Recomendación Cena: Albóndigas con arroz*	*Recomendación cena: Filete de lomo con patatas*	*Recomendación Cena: Pizza casera*
	17/02/2020	**18/02/2020**	**19/02/2020**	**20/02/2020**	**21/02/2020**
1º plato	Tallarines con tomate y atún	Lentejas	Crema de calabacín	Rollitos de primavera	Fabada
2º plato	Bacalao con ensalada	Pizza	Merluza con patatas	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Huevos fritos con salchichas y patatas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Sopa y judías verdes con jamón*	*Recomendación Cena: Merluza a la gallega*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación Cena: Pescaditos fritos con ensalada*	*Recomendación cena: Pechuga de pavo con arroz*
	24/02/2020	**25/02/2020**	**26/02/2020**	**27/02/2020**	**28/02/2020**
1º plato				Sopa de pasta	Crema de calabaza
2º plato				Albóndigas con arroz y tomate	Merluza con patatas fritas
Postre	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación				*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación Cena: Tortilla de queso con arroz blanco*

COLEGIO APOSTOL SANTIAGO (JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN GLUTEN

sodexo SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	03/02/2020	**04/02/2020**	**05/02/2020**	**06/02/2020**	**07/02/2020**
1º plato	Lentejas	Crema de zanahoria	Arroz tres delicias	Caldo gallego	Pasta SG con tomate
2º plato	Ragout de pavo con patatas y verduras	Lasaña boloñesa SG	Merluza con ensalada	Lomo asado con patatas	Bonito a la plancha con champiñones al ajillo
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natilla
Recomendación	*Recomendación Cena: Ensaladilla rusa*	*Recomendación Cena: Pescado frito (harina SG) con ensalada*	*Recomendación Cena: Menestra con huevo*	*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación cena: Hamburguesa completa (pan SG)*
	10/02/2020	**11/02/2020**	**12/02/2020**	**13/02/2020**	**14/02/2020**
1º plato	Arroz con tomate	Judías verdes con huevo cocido	Crema de verdura	Potaje de garbanzos	Sopa de pasta SG
2º plato	Palometa con ensalada	Pollo asado con patatas	Ternera guisada con pasta SG	Tortilla de calabacín con ensalada	Merluza con patatas fritas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con patatas*	*Recomendación Cena: Sándwich (pan SG) mixto vegetal*	*Recomendación Cena: Albóndigas con arroz*	*Recomendación cena: Filete de lomo con patatas*	*Recomendación Cena: Pizza casera SG*
	17/02/2020	**18/02/2020**	**19/02/2020**	**20/02/2020**	**21/02/2020**
1º plato	Pasta SG con tomate y atún	Lentejas	Crema de calabacín	Croquetas SG	Fabada
2º plato	Bacalao con ensalada	Pizza SG	Merluza con patatas	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Huevos fritos con salchichas y patatas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Sopa SG y judías verdes con jamón*	*Recomendación Cena: Merluza a la gallega*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación Cena: Pescaditos fritos (harina SG) con ensalada*	*Recomendación cena: Pechuga de pavo con arroz*
	24/02/2020	**25/02/2020**	**26/02/2020**	**27/02/2020**	**28/02/2020**
1º plato				Sopa de pasta SG	Crema de calabaza
2º plato				Albóndigas con arroz y tomate	Merluza con patatas fritas
Postre	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación				*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación Cena: Tortilla de queso con arroz blanco*

COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN LECHE - LACTOSA

sodexo
SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	03/02/2020	**04/02/2020**	**05/02/2020**	**06/02/2020**	**07/02/2020**
1º plato	Lentejas	Crema de zanahoria	Arroz tres delicias	Caldo gallego	Macarrones con tomate
2º plato	Ragout de pavo con patatas y verduras	Pasta con carne boloñesa	Merluza con ensalada	Lomo asado con patatas	Bonito a la plancha con champiñones al ajillo
Postre	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja
Recomendación	*Recomendación Cena: Ensaladilla rusa (mayonesa SL)*	*Recomendación Cena: Pescado frito con ensalada*	*Recomendación Cena: Menestra con huevo*	*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación cena: Hamburguesa completa sin queso*
	10/02/2020	**11/02/2020**	**12/02/2020**	**13/02/2020**	**14/02/2020**
1º plato	Arroz con tomate	Judías verdes con huevo cocido	Crema de verdura	Potaje de garbanzos	Sopa de pasta
2º plato	Palometa con ensalada	Pollo asado con patatas	Fideuá de ternera	Tortilla de calabacín con ensalada	Merluza con patatas fritas
Postre	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Gelatina	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con patatas*	*Recomendación Cena: Sándwich vegetal con york*	*Recomendación Cena: Albóndigas con arroz*	*Recomendación cena: Filete de lomo con patatas*	*Recomendación Cena: Pizza casera sin queso*
	17/02/2020	**18/02/2020**	**19/02/2020**	**20/02/2020**	**21/02/2020**
1º plato	Tallarines con tomate y atún	Lentejas	Crema de calabacín	Rollitos de primavera	Fabada
2º plato	Bacalao con ensalada	Pizza sin queso	Merluza con patatas	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Huevos fritos con salchichas y patatas
Postre	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada	Postre de soja	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Sopa y judías verdes con jamón*	*Recomendación Cena: Merluza a la gallega*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación Cena: Pescaditos fritos con ensalada*	*Recomendación cena: Pechuga de pavo con arroz*
	24/02/2020	**25/02/2020**	**26/02/2020**	**27/02/2020**	**28/02/2020**
1º plato				Sopa de pasta	Crema de calabaza
2º plato				Albóndigas con arroz y tomate	Merluza con patatas fritas
Postre	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	Postre de soja	Fruta de temporada
Recomendación				*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación Cena: Tortilla de jamón con arroz blanco*

COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN PESCADO

sodexo
SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	03/02/2020	04/02/2020	05/02/2020	06/02/2020	07/02/2020
1º plato	Lentejas	Crema de zanahoria	Arroz tres delicias	Caldo gallego	Macarrones con tomate
2º plato	Ragout de pavo con patatas y verduras	Lasaña boloñesa	Filete de cerdo con ensalada	Lomo asado con patatas	Filete de pollo con champiñones al ajillo
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natilla
Recomendación	*Recomendación Cena: Ensaladilla rusa sin atún*	*Recomendación Cena: Huevos fritos con patatas*	*Recomendación Cena: Menestra con chorizo*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación cena: Hamburguesa completa*
	10/02/2020	11/02/2020	12/02/2020	13/02/2020	14/02/2020
1º plato	Arroz con tomate	Judías verdes con huevo cocido	Crema de verdura	Potaje de garbanzos	Sopa de pasta
2º plato	Filete de cerdo con ensalada	Pollo asado con patatas	Fideuá de ternera	Tortilla de calabacín con ensalada	Hamburguesa con patatas fritas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Pechuga de pavo con patatas*	*Recomendación Cena: Sándwich mixto vegetal*	*Recomendación Cena: Albóndigas con arroz*	*Recomendación cena: Filete de lomo con patatas*	*Recomendación Cena: Pizza casera (sin atún)*
	17/02/2020	18/02/2020	19/02/2020	20/02/2020	21/02/2020
1º plato	Tallarines con tomate	Lentejas	Crema de calabacín	Rollitos de primavera	Fabada
2º plato	Hamburguesa con ensalada	Pizza	Filete de cerdo con patatas	Pollo chop-suey con arroz tres delicias	Huevos fritos con salchichas y patatas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Sopa y judías verdes con patatas*	*Recomendación Cena: Guisantes con jamón*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con ensalada*	*Recomendación cena: Pechuga de pavo con arroz*
	24/02/2020	25/02/2020	26/02/2020	27/02/2020	28/02/2020
1º plato				Sopa de pasta	Crema de calabaza
2º plato				Albóndigas con arroz y tomate	Filete de lomo con patatas fritas
Postre	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación				*Recomendación Cena: Filete de lomo con ensalada*	*Recomendación Cena: Tortilla de queso con arroz blanco*

COLEGIO APOSTOL SANTIAGO
(JESUITAS DE VIGO)

MENÚ SIN HUEVO

sodexo
SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	03/02/2020	**04/02/2020**	**05/02/2020**	**06/02/2020**	**07/02/2020**
1º plato	Lentejas	Crema de zanahoria	Arroz con tomate	Caldo gallego	Macarrones con tomate
2º plato	Ragout de pavo con patatas y verduras	Lasaña boloñesa	Merluza con ensalada	Lomo asado con patatas	Bonito a la plancha con champiñones al ajillo
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natilla
Recomendación	*Recomendación Cena: Ensaladilla rusa sin huevo*	*Recomendación Cena: Pescado frito con ensalada*	*Recomendación Cena: Menestra con chorizo*	*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación cena: Hamburguesa completa*
	10/02/2020	**11/02/2020**	**12/02/2020**	**13/02/2020**	**14/02/2020**
1º plato	Arroz con tomate	Judías verdes con york	Crema de verdura	Potaje de garbanzos	Sopa de pasta
2º plato	Palometa con ensalada	Pollo asado con patatas	Fideuá de ternera	Filete de cerdo con ensalada	Merluza con patatas fritas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Gelatina	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Chuleta de cerdo con patatas*	*Recomendación Cena: Sándwich mixto vegetal*	*Recomendación Cena: Albóndigas con arroz*	*Recomendación cena: Filete de lomo con patatas*	*Recomendación Cena: Pizza casera*
	17/02/2020	**18/02/2020**	**19/02/2020**	**20/02/2020**	**21/02/2020**
1º plato	Tallarines con tomate y atún	Lentejas	Crema de calabacín	Rollitos de primavera	Fabada
2º plato	Bacalao con ensalada	Pizza	Merluza con patatas	Pollo chop-suey con arroz con tomate	Salchichas y patatas
Postre	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada	Flan mandarín	Fruta de temporada
Recomendación	*Recomendación Cena: Sopa y judías verdes con jamón*	*Recomendación Cena: Merluza a la gallega*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con ensalada*	*Recomendación Cena: Pescaditos fritos con ensalada*	*Recomendación cena: Pechuga de pavo con arroz*
	24/02/2020	**25/02/2020**	**26/02/2020**	**27/02/2020**	**28/02/2020**
1º plato				Sopa de pasta	Crema de calabaza
2º plato				Albóndigas con arroz y tomate	Merluza con patatas fritas
Postre	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	Yogur	Fruta de temporada
Recomendación				*Recomendación Cena: Pescado con ensalada*	*Recomendación Cena: Filete de ternera con arroz blanco*