

# ADAPTACIÓN SIN HUEVO



**FEBRERO 2026**

| Lunes                                                                                                       | Martes                                                                                                              | Miércoles                                                                                                                | Jueves                                                                            | Viernes                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2</b>                                                                                                    | <b>3</b>                                                                                                            | <b>4</b>                                                                                                                 | <b>5</b>                                                                          | <b>6</b>                                                                                       |
| Crema de calabaza, zanahorias y puerros<br>Jamonicitos de pollo con patatas panaderas<br>Fruta de temporada | Crema de lentejas<br>pescado a la plancha con zanahorias aliñadas<br>Yogur                                          | Crema de verduras, calabacín, puerros, calabaza con pollo<br>Macarrones con tomate y queso rallado<br>Fruta de temporada | Crema de verduras con arroz<br>Pollo en salsa con judías verdes refritas<br>Yogur | Crema de garbanzos con zanahorias<br>Merluza a al horno con patatas<br>Fruta de temporada      |
| <b>9</b>                                                                                                    | <b>10</b>                                                                                                           | <b>11</b>                                                                                                                | <b>12</b>                                                                         | <b>13</b>                                                                                      |
| Crema de calabaza<br>Rosada a la plancha con patatas<br>Fruta de temporada                                  | Crema verduras de puchero (puerro, zanahorias, patata)<br>Lomo en salsa de cebollas con verduras salteadas<br>Yogur | Crema de alubias con patata y arroz<br>merluza al horno con calabacines salteados<br>Fruta de temporada                  | Crema de calabacín<br>Canelón de carne mixta<br>Yogur                             | Puré de lentejas<br>Pescadilla en salsa verde con judías verdes refritas<br>Fruta de temporada |
| <b>16</b>                                                                                                   | <b>17</b>                                                                                                           | <b>18</b>                                                                                                                | <b>19</b>                                                                         | <b>20</b>                                                                                      |
| Crema de garbanzos con judías verdes y calabaza<br>Crema de calabacín y zanahorias<br>Fruta de temporada    | Crema de verduras<br>Merluza a la plancha con patatas panaderas<br>Yogur                                            | Puchero con fideos<br>Lagrimitas de pollo fritas con ensalada<br>Fruta de temporada                                      | Crema de verduras con arroz<br>Calabacín salteado con rosada plancha<br>Yogur     | Crema de verduras con patata<br>Ternera guisada a la jardinera<br>Fruta de temporada           |
| <b>23</b>                                                                                                   | <b>24</b>                                                                                                           | <b>25</b>                                                                                                                | <b>26</b>                                                                         | <b>27</b>                                                                                      |
| crema de calabacín<br>lentejas con verduras<br>Fruta de temporada                                           | Crema de verduras con patata<br>Merluza a la plancha con ensalada de tomates<br>Yogur                               | Crema de verduras con arroz<br>Pollo a la plancha con judías verdes<br>Fruta de temporada                                | Crema de garbanzos con zanahorias<br>Pollo al ajillo con patatas<br>Yogur         | Crema de verduras con arroz<br>Lomo adobado a la plancha<br>Fruta de temporada                 |

todos los menús van acompañados de **pan integral** / Las frutas de postre en los menús de adaptación irán trituradas

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103

