

# Colegio Ramón y Cajal

Colegios con Alma



**lunes, 3 de febrero de 2025**

Crema de verduras  
Pizza jamón y queso  
Calabacín con orégano y pimentón  
Fruta

Cal: 607 / HC: 91 / Prot: 20 / Lip: 20

**martes, 4 de febrero de 2025**

Paella de pollo  
Palometa plancha y ensa. zanahoria  
Repollo al ajillo  
Fruta

Cal: 739 / HC: 101 / Prot: 37 / Lip: 23

**miércoles, 5 de febrero de 2025**

Garbanzos salteados  
Lomo asado adobado con patatas fritas  
Champiñones con limón y cilantro  
Fruta y yogur

Cal: 955 / HC: 80 / Prot: 65 / Lip: 44

**jueves, 6 de febrero de 2025**

Coditos boloñesa  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Pisto de verduras  
Fruta

Cal: 926 / HC: 116 / Prot: 55 / Lip: 30

**viernes, 7 de febrero de 2025**

Alubias blancas estofadas  
Alitas de pollo adobadas con patatas  
Coliflor con maíz gratinada  
Fruta

Cal: 1166 / HC: 81 / Prot: 96 / Lip: 53

**lunes, 10 de febrero de 2025**

Arroz con tomate  
Salchichas con patatas  
Judias verdes rehogadas  
Fruta

Cal: 1197 / HC: 147 / Prot: 23 / Lip: 62

**martes, 11 de febrero de 2025**

Sopa de cocido  
Croquetas con ensalada  
Repollo con pimentón  
Fruta

Cal: 1006 / HC: 115 / Prot: 32 / Lip: 50

**miércoles, 12 de febrero de 2025**

Crema de coliflor y verduras  
Aguja plancha con patatas wedges  
Brócoli a la gallega  
Fruta y yogur

Cal: 737 / HC: 67 / Prot: 56 / Lip: 29

**jueves, 13 de febrero de 2025**

Macarrones con chorizo  
Bacalao con verduritas  
Calabaza al horno con queso  
Fruta

Cal: 849 / HC: 108 / Prot: 45 / Lip: 29

**viernes, 14 de febrero de 2025**

Lentejas estofadas  
Revuelto de bacon huevo y patatas  
Guisantes con jamón  
Fruta

Cal: 870 / HC: 79 / Prot: 40 / Lip: 46

**lunes, 17 de febrero de 2025**

Tallarines a la italiana  
Empanadillas de atún con ensalada  
Salteado de verduras  
Fruta

Cal: 984 / HC: 162 / Prot: 27 / Lip: 30

**martes, 18 de febrero de 2025**

Crema de verduras  
Solomillos de pollo en salsa  
Pisto con patatas  
Fruta

Cal: 553 / HC: 61 / Prot: 49 / Lip: 14

**miércoles, 19 de febrero de 2025**

Alubias blancas estofadas  
Tortilla patatas y calabacín, ensalada  
Calabacín estilo griego  
Fruta y yogur

Cal: 910 / HC: 82 / Prot: 40 / Lip: 49

**jueves, 20 de febrero de 2025**

Arroz con pisto  
Merluza al horno con ensalada  
Zanahorias al horno  
Fruta

Cal: 710 / HC: 123 / Prot: 31 / Lip: 14

**viernes, 21 de febrero de 2025**

Garbanzos estofados  
Albóndigas RYC  
Patatas dado  
Fruta

Cal: 794 / HC: 87 / Prot: 53 / Lip: 29

**lunes, 24 de febrero de 2025**

Crema de calabaza y zanahoria  
San jacob con ensalada  
Berenjena al horno con cilantro  
Fruta

Cal: 612 / HC: 89 / Prot: 17 / Lip: 23

**martes, 25 de febrero de 2025**

Lentejas a la madrileña  
Tortilla de patata  
Coliflor con salsa napolitana  
Fruta

Cal: 920 / HC: 73 / Prot: 38 / Lip: 55

**miércoles, 26 de febrero de 2025**

Macarrones con tomate y queso  
Merluza a la mostaza con lechuga  
Zanahorias y guisantes  
Fruta, natillas

Cal: 916 / HC: 102 / Prot: 46 / Lip: 39

**jueves, 27 de febrero de 2025**

Sopa de cocido  
Fajitas de pollo con ensalada  
Patatas al ajillo  
Fruta

Cal: 809 / HC: 87 / Prot: 46 / Lip: 33

**CERRADO**  
Día NO lectivo

MENÚ FEBRERO 2025

# Colegio Ramón y Cajal

*Colegios con Alma*



## MENU FEBRUARY 2025

**Monday, 3 February 2025**  
 Cream of vegetable soup  
 Pizza ham and cheese  
**Courgette with oregano and paprika**  
 Fruit  
 Cal: 607 / HC: 91 / Prot: 20 / Lip: 20

**Monday, 10 February 2025**  
 Rice with tomato sauce  
 Sausages with potatoes  
**Sautéed green beans**  
 Fruit  
 Cal: 1197 / HC: 147 / Prot: 23 / Lip: 62

**Monday, 17 February 2025**  
 Italian style pasta  
 Tuna dumplings with salad  
**Sautéed vegetables**  
 Fruit  
 Cal: 984 / HC: 162 / Prot: 27 / Lip: 30

**Monday, 24 February 2025**  
 Cream of pumpkin and carrot soup  
 Cordon bleu with salad  
**Roast aubergine with coriander**  
 Fruit  
 Cal: 685 / HC: 81 / Prot: 35 / Lip: 27

**Tuesday, 4 February 2025**  
 Chicken paella  
 Grilled pomfret fish with carrot salad  
**Sautéed cabbage**  
 Fruit  
 Cal: 739 / HC: 101 / Prot: 37 / Lip: 23

**Tuesday, 11 February 2025**  
 Cocido soup  
 Croquettes with salad  
**Cabbage with paprika**  
 Fruit  
 Cal: 1006 / HC: 115 / Prot: 32 / Lip: 50

**Tuesday, 18 February 2025**  
 Cream of vegetable soup  
 Chicken tenderloins in sauce  
**Ratatouille with potatoes**  
 Fruit  
 Cal: 553 / HC: 61 / Prot: 49 / Lip: 14

**Tuesday, 25 February 2025**  
 Madrid style lentils  
 Spanish omelette  
**Cauliflower with tomato sauce**  
 Fruit  
 Cal: 848 / HC: 61 / Prot: 40 / Lip: 51

**Wednesday, 5 February 2025**  
 Sautéed chickpeas  
 Roast marinated pork with fries  
**Mushrooms with lemon and coriander**  
 Fruit and yogurt  
 Cal: 955 / HC: 80 / Prot: 65 / Lip: 44

**Wednesday, 12 February 2025**  
 Cream of cauliflower and vegetable soup  
 Grilled pork with potato wedges  
**Galician style broccoli**  
 Fruit and yogurt  
 Cal: 737 / HC: 67 / Prot: 56 / Lip: 29

**Wednesday, 19 February 2025**  
 Stewed white beans  
 potato and zucchini omelette, salad  
**Greek style courgettes**  
 Fruit and yogurt  
 Cal: 910 / HC: 82 / Prot: 40 / Lip: 49

**Wednesday, 26 February 2025**  
 Macaroni with tomato and cheese  
 Hake with mustard sauce and lettuce  
**Green peas & carrots**  
 Fruit, custard  
 Cal: 721 / HC: 117 / Prot: 33 / Lip: 17

**Thursday, 6 February 2025**  
 Pasta bolognaise  
 Hake in green sauce with green peas  
**Ratatouille**  
 Fruit  
 Cal: 926 / HC: 116 / Prot: 55 / Lip: 30

**Thursday, 13 February 2025**  
 Macaroni with chorizo sausage  
 Codfish with vegetables  
**Roast pumpkin with cheese**  
 Fruit  
 Cal: 849 / HC: 108 / Prot: 45 / Lip: 29

**Thursday, 20 February 2025**  
 Rice with ratatouille  
 Roast hake with salad  
**Roast carrots**  
 Fruit  
 Cal: 710 / HC: 123 / Prot: 31 / Lip: 14

**Thursday, 27 February 2025**  
 Cocido soup  
 Chicken fajitas with salad  
**Garlic potatoes**  
 Fruit  
 Cal: 750 / HC: 115 / Prot: 25 / Lip: 24

**Friday, 7 February 2025**  
 Stewed white beans  
 Marinated chicken wings with potatoes  
**Cauliflower with corn au gratin**  
 Fruit  
 Cal: 1166 / HC: 81 / Prot: 96 / Lip: 53

**Friday, 14 February 2025**  
 Stewed lentils  
 Scrambled eggs with bacon and potatoes  
**Green peas with ham**  
 Fruit  
 Cal: 870 / HC: 79 / Prot: 40 / Lip: 46

**Friday, 21 February 2025**  
 Stewed chickpeas  
 RYC meatballs  
**Diced potatoes**  
 Fruit  
 Cal: 794 / HC: 87 / Prot: 53 / Lip: 29

**CERRADO**  
 Día NO lectivo