

No Carne

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA			1 VACACIONES DE NAVIDAD	2 VACACIONES DE NAVIDAD
5 VACACIONES DE NAVIDAD	6 VACACIONES DE NAVIDAD	7 Arroz a la napolitana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	8 Guiso de lentejas con manzana Merluza con pil pil de tomate con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral	9 Sopa de pasta Filete de lenguadina al horno con salteado de verduras Fruta y pan
12 Puré de patata, puerro y zanahorias Tortilla francesa con arroz salteado Fruta y pan	13 Paella de verduras Abadejo a la bilbaína con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	14 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral	16 Pasta con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan
19 Salteado de acelgas con patatas Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral	21 Crema de zanahoria con manzana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan	22 Pasta integral a la napolitana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral	23 Lentejas estofadas con verduras Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan
26 Arroz hortelano con legumbres con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	27 Garbanzos estofados Lomos de jurel en salsa de tomate y albahaca con patatas fritas Fruta y pan integral	28 Sopa de pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan	29 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Abadejo con pisto Yogur y pan integral	30 Macarrones gratinados Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan