



MENÚ ENERO 2026

BASAL



1

2

3

4

5

VACACIONES

VACACIONES

5

6

7

8

9

571 Kcal. P.: 21 HC.: 58 L.: 19

450 Kcal. P.: 17 HC.: 59 L.: 9

410 Kcal. P.: 15 HC.: 39 L.: 13

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

VACACIONES

VACACIONES

ARROZ A BANDA
2,4,13

PECHUGA DE POLLO AL HORNO

ESPAÑUETTIS CARBONARA
1,3,7FOGONERO A LA GALLEGA
4LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
12TORTILLA DE PATATA
3

12

390 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 13

13

460 Kcal. P.: 31 HC.: 50 L.: 15

14

FRUTA DE TEMPORADA

364 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 15

15

FRUTA DE TEMPORADA

620 Kcal. P.: 26 HC.: 52 L.: 11

16

LACTEO 7

480 Kcal. P.: 28 HC.: 47 L.: 20

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

CREMA DE JUDIAS VERDES,PUERRO Y CALABACIN

ESTOFADO DE POLLO CON PATATAS

PECHUGA DE POLLO EN SALSA

FILETE DE MERLUZA ENCEBOLLADA EN SALSA

FRUTA DE TEMPORADA

VERDE 4

19

462 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 21

20

622 Kcal. P.: 24 HC.: 46 L.: 8

21

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MAIZ

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y MAIZ

FIDEAUA MARINERA

SOPA MINESTRONE DE VERDURAS CON FIDEOS

1,2,3,4,13

1,3

TORTILLA FRANCESA

POLLO ASADO CON TOMILLO

3

PATATA PANADERA

FRUTA DE TEMPORADA

12

655 Kcal. P.: 25 HC.: 49 L.: 22

27

557 Kcal. P.: 33 HC.: 52 L.: 22

28

FRUTA DE TEMPORADA

430 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 8

29

FRUTA DE TEMPORADA

414 Kcal. P.: 34 HC.: 41 L.: 16

30

LACTEO 7

364 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 15

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

CANELONES EN SALSA AURORA

COCIDO

1,3,7

12

PECHUGA DE POLLO EN SALSA

BACALAILLA AL HORNO A LA BILBAINA

4

4

FRUTA DE TEMPORADA

LACTEO 7

ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ

CREMA DE GUISESANTES Y CALABACIN

12

LOMO FRESCO BRASEADO AL HORNO CON

VERDURITAS

FRUTA DE TEMPORADA

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES

6

ESTOFADO DE POLLO CON PATATA Y VERDURAS

PALOMETA EN SALSA

4

FRUTA DE TEMPORADA

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MAIZ

12

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA

3

TORTILLA DE CALABACIN

7

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lipidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN INTEGRAL (LUNES Y VIERNES) Y PAN BLANCO (MARTES,MIERCOLES,JUEVES) y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)