

MENÚ ENERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
5	6	7	8	9
<p>¡Feliz Año Nuevo!</p>			Macarrones con atún San Jacobo con ensalada de remolacha Pan-pera-leche	Judías verdes con patatas y zanahorias Pollo asado con ensalada de tomate. Pan integral-manzana-leche
			719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp	640Kcal. 23g Prot. 92g HC. 20g Líp.
12	13	14	15	16
Patatas guisadas con costillas Boquerones con ensalada de maíz Pan-pera-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo Pan-yogur-leche	Coliflor gratinada Hamburguesa casera con ensalada de atún Pan integral-manzana-leche	Macarrones con tomate y beicon Merluza al horno con ensalada mixta Pan-mandarina-leche	Lentejas estofadas Huevos rellenos de atún con ensalada de maíz Pan integral-plátano-leche
644Kcal. 35g Prot. 83g HC. 21g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	509Kcal. 26g Prot. 64g HC. 16g Líp.	597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp	674Kcal. 29g Prot. 90g HC. 22g Líp.
19	20	21	22	23
Espaguetis carbonara Fletán empanado con ensalada de maíz Pan-manzana-leche	Crema de zanahorias Pechuga de pollo en salsa con ensalada mixta Pan-mandarina-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate Pan integral-yogur-leche	Arroz con tomate, huevos y beicon Ensalada de atún Pan-plátano-leche	Judías blancas estofadas Palometa con tomate y ensalada de zanahorias Pan integral-pera-leche
719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp	597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Líp.	670Kcal. 39g Prot. 79g HC. 22g Líp.
26	27	28	29	30
FIDEUÁ MIXTA Lomo de cerdo con ensalada de zanahoria. Pan-manzana-leche	Lentejas con chorizo Merluza con tomate y ensalada mixta Pan-mandarina-fruta de temporada	Judías verdes con jamón Albóndigas jardinera con patatas dado. Pan integral-plátano-leche	Alubias blancas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de atún. Pan-pera-leche	Patatas guisadas con costillas Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan integral -zumo-leche-fruta variada
703Kcal. 33g Prot. 82g HC. 27g Líp.	679Kcal. 39g Prot. 79g HC. 23g Líp.	668Kcal. 30g Prot. 92g HC. 20g Líp.	687Kcal. 30g Prot. 90g HC. 23g Líp	707Kcal. 35g Prot. 90g HC. 23g Líp