



MENÚ ENERO

2026

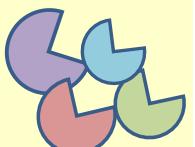
Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
FESTIVO	FESTIVO	<p>Macarrones con salsa de tomate (C)(4,7,10,13)</p> <p>Merluza al horno (H)(11)</p> <p>Verdura salteada (S)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada</p>	<p>Lentejas a la riojana (C)(4)</p> <p>Tortilla de patatas (H)(7)</p> <p>Ensalada variada (Cr)(11)</p> <p>Pan (4.13.10) - Yogur (8)</p>	<p>Arroz con verduras (C)</p> <p>Cinta de lomo (H)</p> <p>Ensalada mixta (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>
Kcal 483 Lip 53 H.d.c. 22 Prot 20	Kcal 693 Lip 76 H.d.c. 32 Prot 27	Kcal 687 Lip 81 H.d.c. 22 Prot 29		
	<p>Lomo con ensalada</p>	<p>Pavo con verdura</p>		<p>Crema y tortilla de verdura</p>
12	13	14	15	16
<p>Crema de judías verdes, puerro y calabacín (C)</p> <p>Merluza al horno (H)(11)</p> <p>Ensalada Variada (Cr)(11)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada</p>	<p>Lentejas guisadas (C)(4)</p> <p>Tortilla francesa (S)(7)</p> <p>Ensalada mixta (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de fideos (C)(2,4)</p> <p>Pechuga de pollo gratinada (H)(8)</p> <p>Verdura al vapor (V)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco</p>	<p>Macarrones int a la Napolitana (C)(4,7,10,13)</p> <p>Lenguado al horno (H)(11)</p> <p>Ensalada mediterránea (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Yogur (8)</p>	<p>Arroz blanco int (C)</p> <p>Lacon al horno (H)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>
Kcal 489 Lip 50 H.d.c. 29 Prot 15	Kcal 608 Lip 62 H.d.c. 28 Prot 26	Kcal 528 Lip 47 H.d.c. 29 Prot 25	Kcal 472 Lip 51 H.d.c. 26 Prot 17	Kcal 554 Lip 58 H.d.c. 55 Prot 26
Pasta con tomate	Pollo con patatas y verduras	Puré y tortilla francesa con ensalada	Pavo con menestra	Crema y pescado con verdura
19	20	21	22	23
<p>Puré de verduras frescas (C)</p> <p>Merluza al horno (H)(11)</p> <p>Ensalada Variada (Cr)(11)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada</p>	<p>Coditos con salsa de tomate (C)(4,7,10,13)</p> <p>Pollo asado (A)</p> <p>Verdura al vapor (V)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de cocido (C)</p> <p>Cocido completo (C)(4)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabacín, patatas y judías verdes (C)</p> <p>Pavo en salsa (C)(4)</p> <p>Zanahorias y guisantes (C)</p> <p>Pan (4.13.10) - Yogur (8)</p>	<p>Arroz int con verduras (C)</p> <p>Huevos revueltos (S)(7)</p> <p>Ensalada mixta (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>
Kcal 387 Lip 42 H.d.c. 21 Prot 15	Kcal 549 Lip 59 H.d.c. 26 Prot 22	Kcal 584 Lip 71 H.d.c. 29 Prot 21	Kcal 500 Lip 44 H.d.c. 27 Prot 23	Kcal 598 Lip 82 H.d.c. 13 Prot 24
Pollo con patatas	Magro y ensalada	Crema y tortilla de verdura	Pasta gratinada	Sopa y pescado con verduras
26	27	28	29	30
<p>Sopa de fideos (C)(4,7)</p> <p>Lenguado al horno (H)(11)</p> <p>Ensalada mediterránea (Cr)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada</p>	<p>Garbanzos guisados con verdura (C)</p> <p>Tortilla de patatas (H)(7)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>	<p>Arroz blanco (C)</p> <p>Ternera en salsa (C)(4,14)</p> <p>Zanahorias y guisantes (C)</p> <p>Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco</p>	<p>Lentejas a la riojana (C)(4)</p> <p>Merluza al horno (H)(11)</p> <p>Ensalada mixta (Cr)</p> <p>Pan (4.13.10) - Yogur (8)</p>	<p>Macarrones a la Amatriciana (C)(4,7,10,13)</p> <p>Pollo al limón (H)</p> <p>Verdura salteada (S)</p> <p>Pan (4.13.10) - Fruta de temporada</p>
Kcal 502 Lip 42 H.d.c. 15 Prot 31	Kcal 582 Lip 71 H.d.c. 23 Prot 20	Kcal 381 Lip 54 H.d.c. 21 Prot 9	Kcal 650 Lip 48 H.d.c. 35 Prot 34	Kcal 541 Lip 57 H.d.c. 25 Prot 24
Pavo con patatas y verdura	Ternera con verdura salteada	Crema y tortilla de verdura	Pollo con arroz	Puré y pescado con ensalada

Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - N°DE COLEGADO IC-00047. Por mas información www.vitaminaconsultoria.com**

El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

Alérgenos: 1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Frutos Secos / 7-Huevo / 8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos

Forma de preparación: A - Asado / C - Cocido / Cr - Crudo / F - Frito / G - Guisado / H - Horno / P - plancha / R - Rehogado / S - Salteado / V - Vapor





MENÚ ENERO 2026

Desayunos
Meriendas
Dietas
2-5 años

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos				
<i>Leche (8), tostada con AOVE (4,10,13) Fruta fresca de temporada</i>	<i>Leche (8), cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i>	<i>Leche (8), tostada con AOVE (4,10,13) Fruta fresca de temporada</i>	<i>Leche (8), cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i>	<i>Leche (8) galletas maría integrales (4,8,12,13,14) Fruta fresca de temporada</i>
Meriendas				
<i>Yogur (8) con cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i>	<i>Pan (4.13.10) con jamón de york Fruta fresca de temporada</i>	<i>Leche (8) galletas maría integrales (4,8,12,13,14) Fruta Fresca de temporada</i>	<i>Pan (4.13.10) con a.o.v.e. Fruta Fresca de temporada</i>	<i>Pan (4.13.10) con pavo Fruta Fresca de temporada</i>
Dieta Astringente				
<i>Sopa de fideos desgrasada (C)(4) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con arroz blanco (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de patatas (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con zanahoria cocida (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Sopa de fideos desgrasada (C)(4) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con patata cocida (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de patata y zanahoria (C) Cinta de lomo a la plancha (P) con arroz blanco (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Sopa de arroz y zanahorias (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con patata cocida (C.) Compota de manzana o pera</i>
Dieta Blanda				
<i>Puré de verduras (C) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con arroz blanco (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i>	<i>Puré de verduras (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con zanahoria cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i>	<i>Puré de verduras (C) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con patata cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i>	<i>Puré de verduras (C) Cinta de lomo a la plancha (P) con arroz blanco (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i>	<i>Puré de verduras (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con patata cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i>

Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - NºDE COLEGIADO IC-00047. Por mas información www.vitaminaconsultoria.com**



El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

Alérgenos: 1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Frutos Secos / 7-Huevo / 8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos
Forma de preparación: A - Asado / C - Cocido / Cr - Crudo / F - Frito / G - Guisado / H - Horno / P - plancha / R - Rehogado / S - Salteado / V - Vapor

