



Lunes

Martes

CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026
Bajo en grasa

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | |
|---|--|---|--|---|--|--|--|--|--|
| | | | | | | 1 | | 2 | |
| 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Menestra de verduras Burguer de coliflor y sésamo Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Merluza al horno Postre Fruta Pan | | Mezclum de lechuga, tomate y maíz Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Pollo al horno con piña y cebolla Postre Fruta Pan integral | |
| 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan | | Mezclum de lechuga, tomate y naranja Berenjena, tomate y cebolla asados Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al horno Postre Fruta ECO Pan integral | | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno de verduras Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros Albóndigas a la jardinera con verduras Postre Lacteo 0% Pan integral | |
| 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce Postre Fruta Pan | | Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de cebolla Postre Fruta ECO Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con cebolla Postre Fruta Pan integral | | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Labneh, yogur griego 0% Pan | | Escarola, tomate, zanahoria y maíz Menestra de verduras Croquetas de bacalao al horno Postre Fruta Pan integral | |
| 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | |
| Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada vegetal Panini con tomate y orégano Postre Lácteo 0% Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivía con fideos Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Berenjena, tomate y cebolla asados Varitas de salmón al horno con verduras Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Longanizas de magro al horno Postre Fruta Pan integral | |



CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|---|--|
| 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burguer de coliflor y sésamo | | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Doré de merluza | | Mezclum de lechuga, tomate y maíz Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Pollo al horno con piña y cebolla | |
| Postre Fruta Pan | | Postre Fruta Pan | | Postre Fruta Pan integral | | Postre Fruta Pan | | Postre Fruta Pan integral | |
| 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Tortilla francesa con atún | | Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega | | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al horno | | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno | | Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas | |
| Postre Fruta Pan | | Postre Fruta Pan | | Postre Fruta ECO Pan integral | | Postre Fruta Pan | | Postre Lacteo Pan integral | |
| 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas | | Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas | | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas | | Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao | |
| Postre Fruta Pan | | Postre Fruta ECO Pan | | Postre Fruta Pan integral | | Postre Labneh, yogur griego Pan | | Postre Fruta Pan integral | |
| 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | |
| Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón | | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso | | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivía con fideos Pollo al horno a la cazadora con champiñones | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de salmón al horno con mahonesa | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Longanizas de magro al horno con chips | |
| Postre Fruta Pan | | Postre Lácteo Pan | | Postre Fruta Pan integral | | Postre Fruta Pan | | Postre Fruta Pan integral | |

RECOMENDACIONES DE CENA

Dietistas-Nutricionistas: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA



CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Gener 2026

Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

5

NO LECTIU

12

Kcal 732 Glú 92 Líp 28 Pro 22
Iceberg, tomata, carlota i olives
Llenties juliana
Truita francesa amb tonyina

Postre Fruita Pa

19

Kcal 665 Glú 93 Líp 22 Pro 17
Iceberg, tomata i carlota
Sopa de verdures d'hivern ECO amb plutja
Filet de abadejo a la gallega amb allets,
pimentó dolç i creïlles forneres

Postre Fruita Pa

26

Kcal 754 Glú 113 Líp 20 Pro 20
Torrada de tomata
Amanida completa amb ou dur
Paella valenciana amb bajoqueta i garrofó

Postre Fruita Pa

19

Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Escarola, tomata, carlota i dacsà
Macarrons integrals a la napolitana
Croquetes de bacallà

Postre Fruita Pa

20

Kcal 701 Glú 98 Líp 20 Pro 21
Escarola, tomata, taronja i poma
Potatge de cigrons
Truita de creïlla i ceba

Postre Fruita ECO Pa

27

Kcal 816 Glú 107 Líp 29 Pro 25
Escarola, tomata, olives i carlota
Favada asturiana amb xoriço
Pizza de pernil dolç i formatge

Postre Lacti Pa

7

Kcal 793 Glú 114 Líp 25 Pro 22
Carlota, dacsà, olives i brots de soja
Macarrons amb tomata, ceba i tonyina
Burguer de coliflor i sèsam

Postre Fruita Pa integral

14

Kcal 680 Glú 95 Líp 24 Pro 16
Enciam, tomata, carlota i olives
Sopa de putxero
Pernilets de pollastre al forn

Postre Fruita ECO Pa integral

21

Kcal 703 Glú 97 Líp 23 Pro 22
Enciam, tomata, olives i remolatxa
Crema de carabassa i carlota ECO
Hamburguesa mixta amb creïlles fregides

Postre Fruita Pa integral

28

Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26
Enciam, tomata, carlota i cogombre
Sopa d'au i xirivia amb fideus
Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons

Postre Fruita Pa integral

1

FESTIU

8

Kcal 806 Glú 102 Líp 29 Pro 29
Enciam, escarola, tomata i poma
Arròs amb tomata
Doré de merluza

Postre Fruita Pa

15

Kcal 771 Glú 116 Líp 22 Pro 22
Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas
Amanida completa valenciana
Arròs al forn

Postre Fruita Pa

22

Kcal 794 Glú 91 Líp 28 Pro 38
JORNADA EGÍPCIA
Mujaddara, arròs amb llentilles, ceba i comí
Shish Taouk, broqueta de pollastre amb
tomàquets cherry i ceba rostits amb allets i

Postre Labneh, iogur grec Pa

29

Kcal 849 Glú 112 Líp 28 Pro 29
Enciam, tomata, dacsà i poma
Espirals integrals amb bacon i tomata
Varetes de salmó al forn amb maionesa

Postre Fruita Pa

2

NO LECTIU

9

Kcal 738 Glú 96 Líp 23 Pro 32
Mesclum d'enciam, tomata i dacsà
Crema de fesols pintes, ceba i carlotes
Pollastre al forn amb pinya i ceba

Postre Fruita Pa integral

16

Kcal 703 Glú 98 Líp 23 Pro 29
Enciam, tomata, dacsà i olives
Crema de porro amb crutons torrats
Mandonguilles jardineres amb creïlles

Postre Lacteo Pa integral

19

Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26
Escarola, tomata, carlota i dacsà
Macarrons integrals a la napolitana
Croquetes de bacallà

Postre Fruita Pa integral

30

Kcal 710 Glú 96 Líp 23 Pro 22
Enciam, tomata, olives i remolatxa
Crema de llentilles, poma i carlota ECO
Llonganisses de magre al forn amb chips

Postre Fruita Pa integral

RECOMANACIONS DE SOPAR

Dietistes-Nutricionistes: Laura Romeu Pastor (Col. CV01711)
Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Pasta / Arròs
o Llegums



Hortalisses



Peix / Ou



Carn / Ou



Carn / Peix



Lacti



Fruita



902 103 478

Atenció al client



www.tamar.es



DINAR



SOPAR



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026
No cacahuete

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | |
|---|--|---|--|--|--|---|--|---|--|
| | | | | | | 1 | | 2 | |
| 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burguer de coliflor y sésamo Postre Fruta Pan | | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Doré de merluza Postre Fruta Pan | | Mezclum de lechuga, tomate y maíz Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Pollo al horno con piña y cebolla Postre Fruta Pan | |
| 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan | | Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis con tomate y albahaca Merluza a la gallega Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al horno Postre Fruta ECO Pan | | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Lacteo Pan integral | |
| 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas Postre Fruta Pan | | Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas Postre Fruta Pan | | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Labneh, yogur griego Pan | | Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan | |
| 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | |
| Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Lácteo Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivía con fideos Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales con bacon y tomate Varitas de salmón al horno con mahonesa Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan | |



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026

No gluten (el pan sin gluten)

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

| | | 1 | | 2 | |
|---|--|--|--|---|--|
| 5 | | 7 | | 9 | |
| NO LECTIVO | | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones sin gluten con tomate, cebolla y atún Lomo cinta con cebolla Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Merluza al horno Postre Fruta Pan | |
| 12 | | 14 | | 16 | |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido sin gluten Jamoncitos de pollo al horno Postre Fruta ECO Pan integral | | Mezclum de lechuga, tomate y maíz Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Pollo al horno con piña y cebolla Postre Fruta Pan integral | |
| 19 | | 21 | | 23 | |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa d verduras d invierno ECO c lluvia sin glute Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Lacteo Pan integral | |
| 26 | | 28 | | 30 | |
| Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivia con fideos sin gluten Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales sin gluten con bacon y tomate Merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan | |
| 6 | | 8 | | 10 | |
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | NO LECTIVO | |
| 13 | | 15 | | 17 | |
| Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis sin gluten con tomate y albahaca Merluza a la gallega Postre Fruta Pan | | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno Postre Fruta Pan | | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Labneh, yogur griego Pan | |
| 20 | | 22 | | 24 | |
| Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan | | Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones sin gluten a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral | | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Panini sin gluten con tomate y orégano Postre Lácteo Pan | |



CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026

No huevo

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

| 1 | | 2 | |
|--|--|--|---|
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| NO LECTIVO | NO LECTIVO | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones sin gluten con tomate, cebolla y atún Lomo cinta con cebolla Postre Fruta Pan integral | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Merluza al horno Postre Fruta Pan |
| 12 | 13 | 14 | 15 |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Lomo cinta con tomate Postre Fruta Pan | Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis sin gluten con tomate y albahaca Merluza a la gallega Postre Fruta Pan | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido sin gluten Jamoncitos de pollo al horno Postre Fruta ECO Pan integral | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno Postre Fruta Pan |
| 19 | 20 | 21 | 22 |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa d verduras d invierno ECO c lluvia sin gluten Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas Postre Fruta Pan | Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Pollo plancha con cebolla Postre Fruta ECO Pan | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas Postre Fruta Pan integral | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Labneh, yogur griego Pan |
| 26 | 27 | 28 | 29 |
| Tosta de tomate Ensalada completa Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Panini sin gluten con tomate y orégano Postre Lácteo Pan | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivia con fideos sin gluten Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales sin gluten con bacon y tomate Merluza al horno con patatas Postre Fruta Pan |
| | | | 30 |
| | | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan integral |



Enero 2026

Miércoles

Viernes

Martes

Jueves

2

NO LECTIVO

NO LECTIVO

1

maíz, aceitunas y brotes de soja
con tomate, cebolla y atún

Lomo cinta con cebolla

| | | |
|--------|-------|--------------|
| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|

14 Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Sopa de cocido

Jamoncitos de pollo al horno

| Postre | Fruta ECO | Pan integral |
|--------|-----------|--------------|
|--------|-----------|--------------|

21 Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Crema de calabaza y zanahoria ECO

Hamburguesa mixta con patatas fritas

| | | |
|--------|-------|--------------|
| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|

28 Lechuga, tomate, zanahoria y pepino
Sopa de ave y chirivia con fideos

Pollo al horno a la cazadora con champiñones

| | | |
|--------|-------|--------------|
| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|

8 Lechuga, escarola, tomate y manzana
Arroz con tomate

Merluza al horno

| Postre | Fruta |
|--------|-------|
| 1.1 | 1.1 |
| 1.2 | 1.2 |
| 1.3 | 1.3 |
| 1.4 | 1.4 |
| 1.5 | 1.5 |
| 1.6 | 1.6 |
| 1.7 | 1.7 |
| 1.8 | 1.8 |
| 1.9 | 1.9 |
| 1.10 | 1.10 |
| 1.11 | 1.11 |
| 1.12 | 1.12 |
| 1.13 | 1.13 |
| 1.14 | 1.14 |
| 1.15 | 1.15 |
| 1.16 | 1.16 |
| 1.17 | 1.17 |
| 1.18 | 1.18 |
| 1.19 | 1.19 |
| 1.20 | 1.20 |
| 1.21 | 1.21 |
| 1.22 | 1.22 |
| 1.23 | 1.23 |
| 1.24 | 1.24 |
| 1.25 | 1.25 |
| 1.26 | 1.26 |
| 1.27 | 1.27 |
| 1.28 | 1.28 |
| 1.29 | 1.29 |
| 1.30 | 1.30 |
| 1.31 | 1.31 |
| 1.32 | 1.32 |
| 1.33 | 1.33 |
| 1.34 | 1.34 |
| 1.35 | 1.35 |
| 1.36 | 1.36 |
| 1.37 | 1.37 |
| 1.38 | 1.38 |
| 1.39 | 1.39 |
| 1.40 | 1.40 |
| 1.41 | 1.41 |
| 1.42 | 1.42 |
| 1.43 | 1.43 |
| 1.44 | 1.44 |
| 1.45 | 1.45 |
| 1.46 | 1.46 |
| 1.47 | 1.47 |
| 1.48 | 1.48 |
| 1.49 | 1.49 |
| 1.50 | 1.50 |
| 1.51 | 1.51 |
| 1.52 | 1.52 |
| 1.53 | 1.53 |
| 1.54 | 1.54 |
| 1.55 | 1.55 |
| 1.56 | 1.56 |
| 1.57 | 1.57 |
| 1.58 | 1.58 |
| 1.59 | 1.59 |
| 1.60 | 1.60 |
| 1.61 | 1.61 |
| 1.62 | 1.62 |
| 1.63 | 1.63 |
| 1.64 | 1.64 |
| 1.65 | 1.65 |
| 1.66 | 1.66 |
| 1.67 | 1.67 |
| 1.68 | 1.68 |
| 1.69 | 1.69 |
| 1.70 | 1.70 |
| 1.71 | 1.71 |
| 1.72 | 1.72 |
| 1.73 | 1.73 |
| 1.74 | 1.74 |
| 1.75 | 1.75 |
| 1.76 | 1.76 |
| 1.77 | 1.77 |
| 1.78 | 1.78 |
| 1.79 | 1.79 |
| 1.80 | 1.80 |
| 1.81 | 1.81 |
| 1.82 | 1.82 |
| 1.83 | 1.83 |
| 1.84 | 1.84 |
| 1.85 | 1.85 |
| 1.86 | 1.86 |
| 1.87 | 1.87 |
| 1.88 | 1.88 |
| 1.89 | 1.89 |
| 1.90 | 1.90 |
| 1.91 | 1.91 |
| 1.92 | 1.92 |
| 1.93 | 1.93 |
| 1.94 | 1.94 |
| 1.95 | 1.95 |
| 1.96 | 1.96 |
| 1.97 | 1.97 |
| 1.98 | 1.98 |
| 1.99 | 1.99 |
| 2.00 | 2.00 |

15 Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas
Ensalada completa valenciana

Arroz al horno

| Postre | Fruta |
|--------|-------|
| 1.1 | 1.1 |
| 1.2 | 1.2 |
| 1.3 | 1.3 |
| 1.4 | 1.4 |
| 1.5 | 1.5 |
| 1.6 | 1.6 |
| 1.7 | 1.7 |
| 1.8 | 1.8 |
| 1.9 | 1.9 |
| 1.10 | 1.10 |
| 1.11 | 1.11 |
| 1.12 | 1.12 |
| 1.13 | 1.13 |
| 1.14 | 1.14 |
| 1.15 | 1.15 |
| 1.16 | 1.16 |
| 1.17 | 1.17 |
| 1.18 | 1.18 |
| 1.19 | 1.19 |
| 1.20 | 1.20 |
| 1.21 | 1.21 |
| 1.22 | 1.22 |
| 1.23 | 1.23 |
| 1.24 | 1.24 |
| 1.25 | 1.25 |
| 1.26 | 1.26 |
| 1.27 | 1.27 |
| 1.28 | 1.28 |
| 1.29 | 1.29 |
| 1.30 | 1.30 |
| 1.31 | 1.31 |
| 1.32 | 1.32 |
| 1.33 | 1.33 |
| 1.34 | 1.34 |
| 1.35 | 1.35 |
| 1.36 | 1.36 |
| 1.37 | 1.37 |
| 1.38 | 1.38 |
| 1.39 | 1.39 |
| 1.40 | 1.40 |
| 1.41 | 1.41 |
| 1.42 | 1.42 |
| 1.43 | 1.43 |
| 1.44 | 1.44 |
| 1.45 | 1.45 |
| 1.46 | 1.46 |
| 1.47 | 1.47 |
| 1.48 | 1.48 |
| 1.49 | 1.49 |
| 1.50 | 1.50 |
| 1.51 | 1.51 |
| 1.52 | 1.52 |
| 1.53 | 1.53 |
| 1.54 | 1.54 |
| 1.55 | 1.55 |
| 1.56 | 1.56 |
| 1.57 | 1.57 |
| 1.58 | 1.58 |
| 1.59 | 1.59 |
| 1.60 | 1.60 |
| 1.61 | 1.61 |
| 1.62 | 1.62 |
| 1.63 | 1.63 |
| 1.64 | 1.64 |
| 1.65 | 1.65 |
| 1.66 | 1.66 |
| 1.67 | 1.67 |
| 1.68 | 1.68 |
| 1.69 | 1.69 |
| 1.70 | 1.70 |
| 1.71 | 1.71 |
| 1.72 | 1.72 |
| 1.73 | 1.73 |
| 1.74 | 1.74 |
| 1.75 | 1.75 |
| 1.76 | 1.76 |
| 1.77 | 1.77 |
| 1.78 | 1.78 |
| 1.79 | 1.79 |
| 1.80 | 1.80 |
| 1.81 | 1.81 |
| 1.82 | 1.82 |
| 1.83 | 1.83 |
| 1.84 | 1.84 |
| 1.85 | 1.85 |
| 1.86 | 1.86 |
| 1.87 | 1.87 |
| 1.88 | 1.88 |
| 1.89 | 1.89 |
| 1.90 | 1.90 |
| 1.91 | 1.91 |
| 1.92 | 1.92 |
| 1.93 | 1.93 |
| 1.94 | 1.94 |
| 1.95 | 1.95 |
| 1.96 | 1.96 |
| 1.97 | 1.97 |
| 1.98 | 1.98 |
| 1.99 | 1.99 |
| 2.00 | 2.00 |

22

JORNADA EGIPCIA

Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino

Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas

| | | |
|--------|--------------------|-----|
| Postre | Lácteo sin lactosa | Pan |
|--------|--------------------|-----|

29 Lechuga, tomate, maíz y manzana
Espirales integrales con bacon y tomate

Merluza al horno con patatas

| | |
|--------|-------|
| Postre | Fruta |
|--------|-------|

9 Mezclum de lechuga, tomate y maíz
Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias

Pollo al horno con piña y cebolla

| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|
| 1 | 1 | 1 |
| 2 | 2 | 2 |
| 3 | 3 | 3 |
| 4 | 4 | 4 |
| 5 | 5 | 5 |
| 6 | 6 | 6 |
| 7 | 7 | 7 |
| 8 | 8 | 8 |
| 9 | 9 | 9 |
| 10 | 10 | 10 |
| 11 | 11 | 11 |
| 12 | 12 | 12 |
| 13 | 13 | 13 |
| 14 | 14 | 14 |
| 15 | 15 | 15 |
| 16 | 16 | 16 |
| 17 | 17 | 17 |
| 18 | 18 | 18 |
| 19 | 19 | 19 |
| 20 | 20 | 20 |
| 21 | 21 | 21 |
| 22 | 22 | 22 |
| 23 | 23 | 23 |
| 24 | 24 | 24 |
| 25 | 25 | 25 |
| 26 | 26 | 26 |
| 27 | 27 | 27 |
| 28 | 28 | 28 |
| 29 | 29 | 29 |
| 30 | 30 | 30 |
| 31 | 31 | 31 |
| 32 | 32 | 32 |
| 33 | 33 | 33 |
| 34 | 34 | 34 |
| 35 | 35 | 35 |
| 36 | 36 | 36 |
| 37 | 37 | 37 |
| 38 | 38 | 38 |
| 39 | 39 | 39 |
| 40 | 40 | 40 |
| 41 | 41 | 41 |
| 42 | 42 | 42 |
| 43 | 43 | 43 |
| 44 | 44 | 44 |
| 45 | 45 | 45 |
| 46 | 46 | 46 |
| 47 | 47 | 47 |
| 48 | 48 | 48 |
| 49 | 49 | 49 |
| 50 | 50 | 50 |
| 51 | 51 | 51 |
| 52 | 52 | 52 |
| 53 | 53 | 53 |
| 54 | 54 | 54 |
| 55 | 55 | 55 |
| 56 | 56 | 56 |
| 57 | 57 | 57 |
| 58 | 58 | 58 |
| 59 | 59 | 59 |
| 60 | 60 | 60 |
| 61 | 61 | 61 |
| 62 | 62 | 62 |
| 63 | 63 | 63 |
| 64 | 64 | 64 |
| 65 | 65 | 65 |
| 66 | 66 | 66 |
| 67 | 67 | 67 |
| 68 | 68 | 68 |
| 69 | 69 | 69 |
| 70 | 70 | 70 |
| 71 | 71 | 71 |
| 72 | 72 | 72 |
| 73 | 73 | 73 |
| 74 | 74 | 74 |
| 75 | 75 | 75 |
| 76 | 76 | 76 |
| 77 | 77 | 77 |
| 78 | 78 | 78 |
| 79 | 79 | 79 |
| 80 | 80 | 80 |
| 81 | 81 | 81 |
| 82 | 82 | 82 |
| 83 | 83 | 83 |
| 84 | 84 | 84 |
| 85 | 85 | 85 |
| 86 | 86 | 86 |
| 87 | 87 | 87 |
| 88 | 88 | 88 |
| 89 | 89 | 89 |
| 90 | 90 | 90 |
| 91 | 91 | 91 |
| 92 | 92 | 92 |
| 93 | 93 | 93 |
| 94 | 94 | 94 |
| 95 | 95 | 95 |
| 96 | 96 | 96 |
| 97 | 97 | 97 |
| 98 | 98 | 98 |
| 99 | 99 | 99 |
| 100 | 100 | 100 |

16 Lechuga, tomate, maíz y aceitunas
Crema de puerros

Albóndigas a la jardinera con patatas

Postre Lácteo sin lactosa **Pan integral**

23 Escarola, tomate, zanahoria y maíz
Macarrones integrales a la napolitana

Croquetas de bacalao

| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|
| 1 | 1 | 1 |
| 2 | 2 | 2 |
| 3 | 3 | 3 |
| 4 | 4 | 4 |
| 5 | 5 | 5 |
| 6 | 6 | 6 |
| 7 | 7 | 7 |
| 8 | 8 | 8 |
| 9 | 9 | 9 |
| 10 | 10 | 10 |
| 11 | 11 | 11 |
| 12 | 12 | 12 |
| 13 | 13 | 13 |
| 14 | 14 | 14 |
| 15 | 15 | 15 |
| 16 | 16 | 16 |
| 17 | 17 | 17 |
| 18 | 18 | 18 |
| 19 | 19 | 19 |
| 20 | 20 | 20 |
| 21 | 21 | 21 |
| 22 | 22 | 22 |
| 23 | 23 | 23 |
| 24 | 24 | 24 |
| 25 | 25 | 25 |
| 26 | 26 | 26 |
| 27 | 27 | 27 |
| 28 | 28 | 28 |
| 29 | 29 | 29 |
| 30 | 30 | 30 |
| 31 | 31 | 31 |
| 32 | 32 | 32 |
| 33 | 33 | 33 |
| 34 | 34 | 34 |
| 35 | 35 | 35 |
| 36 | 36 | 36 |
| 37 | 37 | 37 |
| 38 | 38 | 38 |
| 39 | 39 | 39 |
| 40 | 40 | 40 |
| 41 | 41 | 41 |
| 42 | 42 | 42 |
| 43 | 43 | 43 |
| 44 | 44 | 44 |
| 45 | 45 | 45 |
| 46 | 46 | 46 |
| 47 | 47 | 47 |
| 48 | 48 | 48 |
| 49 | 49 | 49 |
| 50 | 50 | 50 |
| 51 | 51 | 51 |
| 52 | 52 | 52 |
| 53 | 53 | 53 |
| 54 | 54 | 54 |
| 55 | 55 | 55 |
| 56 | 56 | 56 |
| 57 | 57 | 57 |
| 58 | 58 | 58 |
| 59 | 59 | 59 |
| 60 | 60 | 60 |
| 61 | 61 | 61 |
| 62 | 62 | 62 |
| 63 | 63 | 63 |
| 64 | 64 | 64 |
| 65 | 65 | 65 |
| 66 | 66 | 66 |
| 67 | 67 | 67 |
| 68 | 68 | 68 |
| 69 | 69 | 69 |
| 70 | 70 | 70 |
| 71 | 71 | 71 |
| 72 | 72 | 72 |
| 73 | 73 | 73 |
| 74 | 74 | 74 |
| 75 | 75 | 75 |
| 76 | 76 | 76 |
| 77 | 77 | 77 |
| 78 | 78 | 78 |
| 79 | 79 | 79 |
| 80 | 80 | 80 |
| 81 | 81 | 81 |
| 82 | 82 | 82 |
| 83 | 83 | 83 |
| 84 | 84 | 84 |
| 85 | 85 | 85 |
| 86 | 86 | 86 |
| 87 | 87 | 87 |
| 88 | 88 | 88 |
| 89 | 89 | 89 |
| 90 | 90 | 90 |
| 91 | 91 | 91 |
| 92 | 92 | 92 |
| 93 | 93 | 93 |
| 94 | 94 | 94 |
| 95 | 95 | 95 |
| 96 | 96 | 96 |
| 97 | 97 | 97 |
| 98 | 98 | 98 |
| 99 | 99 | 99 |
| 100 | 100 | 100 |

30

Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO

Longanizas de magro al horno con chips

| Postre | Fruta | Pan integral |
|--------|-------|--------------|
|--------|-------|--------------|



CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026

No queso

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

| 1 | | 2 | |
|---|--|---|---|
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| NO LECTIVO | NO LECTIVO | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Lomo cinta con cebolla Postre Fruta Pan integral | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Doré de merluza Postre Fruta Pan |
| 12 | 13 | 14 | 15 |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan | Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al horno Postre Fruta ECO Pan integral | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno Postre Fruta Pan |
| 19 | 20 | 21 | 22 |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas Postre Fruta Pan | Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas Postre Fruta Pan integral | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Labneh, yogur griego Pan |
| 26 | 27 | 28 | 29 |
| Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Panini con tomate y orégano Postre Lácteo Pan | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de ave y chirivía con fideos Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de salmón al horno Postre Fruta Pan |
| | | | 30 |
| | | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan integral |



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026

No sangre

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

| | | 1 | | 2 | |
|------------|------------|------------|------------|------------|----|
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | NO LECTIVO | |
| 5 | NO LECTIVO | 6 | NO LECTIVO | 7 | 8 |
| | | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | | | | | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | | | | | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |



CEIP VICENTE BLASCO IBÁÑEZ - ALDAIA

Enero 2026

Vegano

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

| | | 1 | | 2 | |
|--|--|--|--|---|--|
| 5 | | 7 | | 9 | |
| NO LECTIVO | | Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla Garbanzos con zanahoria y ajitos Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, escarola, tomate y manzana Arroz con tomate Quinoa con guisantes, cebolla y tomate Postre Fruta Pan | |
| 12 | | 14 | | 16 | |
| Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Lentejas juliana Verduras a la plancha Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de verduras Garbanzos con cuscús, tomate y zanahoria Postre Fruta ECO Pan integral | | Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Lentejas con quinoa, cebolla y verduras Postre Yogur vegetal Pan integral | |
| 19 | | 21 | | 23 | |
| Iceberg, tomate y zanahoria Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Cuscús con alubias, tomate y cebolla Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Legumbres salteadas con verduras Postre Fruta Pan integral | | JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, garbanzos con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas Postre Yogur vegetal Pan | |
| 26 | | 28 | | 30 | |
| Tosta de tomate Ensalada completa Paella de verduras con bachoqueta y garrofón Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de verduras y chirivia con fideos Garbanzos con cuscús, tomate y zanahoria Postre Fruta Pan integral | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con tomate Lentejas con verduras y quinoa Postre Fruta Pan | |
| 6 | | 8 | | 10 | |
| NO LECTIVO | | NO LECTIVO | | NO LECTIVO | |
| 13 | | 15 | | 17 | |
| Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Alubias con quinoa y verduras Postre Fruta Pan | | Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno de verduras Postre Fruta Pan | | Mezclum de lechuga, tomate y maíz Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Lentejas con cebolla y ajitos Postre Fruta Pan integral | |
| 20 | | 22 | | 24 | |
| Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Quinoa con verduras Postre Fruta ECO Pan | | Escarola, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Legumbres salteadas con verduras Postre Fruta Pan integral | | Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Quinoa con guisantes, cebolla y tomate Postre Fruta Pan integral | |
| 27 | | 29 | | 31 | |
| Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada vegetal Panini con tomate y orégano Postre Yogur vegetal Pan | | Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con tomate Lentejas con verduras y quinoa Postre Fruta Pan | | Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Alubias con verduras y cebolla Postre Fruta Pan integral | |