



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5		6		7		8		9	
NO LECTIVO		FESTIVO		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 integral		Postre Fruta Pan		Postre Fruta ECO Pan integral		Postre Fruta Pan		Postre Lacteo Pan	
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, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas		Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido		Tosta de hummus de garbanzos con aceitunas Ensalada completa valenciana Arroz al horno	
Postre Fruta Pan integral		Postre Fruta ECO Pan		Postre Fruta ECO Pan integral		Postre Fruta Pan		Postre Lacteo Pan	
19		20		21		22		23	
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao		Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla		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		JORNADA EGIPCIA Mujaddara, arroz con lentejas, cebolla y comino Shish Taouk, brocheta de pollo con tomates cherry y cebolla asados con ajo y hierbas		Lechuga, tomate, olivas y remolacha Crema de calabaza y zanahoria ECO Hamburguesa mixta con patatas fritas	
Postre Fruta Pan integral		Postre Fruta ECO Pan		Postre Fruta Pan integral		Postre Labneh, yogur griego		Postre Fruta Pan	
26		27		28		29		30	
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa		Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso		Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones		Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips		Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón	
Postre Fruta Pan integral		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan integral		Postre Fruta Pan		Postre Lacteo Pan	

RECOMENDACIONES DE CENA

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



Pasta / Arroz
o Legumbres



Hortalizas



Pescado/Huevo



Carne/Huevo



Carne/Pescado



Lácteo



Fruta



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es



COMIDA



CENA



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Gener 2026

Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
				1		FESTIU		2	
5		6		7		8		9	
NO LECTIU		FESTIU		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		Kcal 806 Glú 102 Líp 29 Pro 29 Enciam, escarola, tomata i poma Arròs amb tomata Doré de merluza		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		Postre Fruita Pa		Postre Fruita Pa integral		Postre Fruita Pa		Postre Fruita Pa	
12		13		14		15		16	
Kcal 732 Glú 92 Líp 28 Pro 22 Iceberg, tomata, carlota i olives Llentilles juliana Truita francesa amb tonyina		Kcal 847 Glú 112 Líp 29 Pro 29 Mesclum d'enciam, tomata i taronja Espaguetis integrals amb tomata i alfàbrega Ventresca de lluç a la gallega		Kcal 703 Glú 98 Líp 23 Pro 29 Enciam, tomata, dacsà i olives Crema de porro amb crutons torrats Mandonguilles jardineria amb creïlles		Kcal 680 Glú 95 Líp 24 Pro 16 Enciam, tomata, carlota i olives Sopa de putxero Putxero		Kcal 771 Glú 116 Líp 22 Pro 22 Torrada d'humus de garbanzo y aceitunas Amanida completa valenciana Arròs al forn	
Postre Fruita Pa integral		Postre Fruita Pa		Postre Fruita ECO Pa integral		Postre Fruita Pa		Postre Lacti Pa	
19		20		21		22		23	
Kcal 828 Glú 110 Líp 29 Pro 26 Escarola, tomata, carlota i dacsà Macarrons integrals a la napolitana Croquetes de bacallà		Kcal 701 Glú 98 Líp 20 Pro 21 Escarola, tomata, taronja i poma Potatge de cigrons Truita de creïlla i ceba		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		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		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		Postre Fruita ECO Pa		Postre Fruita Pa integral		Postre Labneh, iogur grec Pa		Postre Fruita Pa	
26		27		28		29		30	
Kcal 849 Glú 112 Líp 28 Pro 29 Enciam, tomata, dacsà i poma Espirals integrals amb bacon i tomata Varettes de lluç al forn amb maionesa		Kcal 816 Glú 107 Líp 29 Pro 25 Escarola, tomata, olives i carlota Favada asturiana amb xoriço Pizza de pernil dolç i formatge		Kcal 709 Glú 95 Líp 23 Pro 26 Enciam, tomata, carlota i cogombre Crema de llentilles, poma i carlota ECO Pollastre al forn a la caçadora amb xampinyons		Kcal 710 Glú 96 Líp 23 Pro 22 Enciam, tomata, olives i remolatxa Sopa d'au i xirivia amb fideus Llonganisses de magre al forn amb chips		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 integral		Postre Fruita Pa		Postre Fruita Pa integral		Postre Fruita Pa		Postre Lacti Pa	

RECOMANACIONS DE SOPAR

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



902 103 478 Atenció al client

www.tamar.es



DINAR SOPAR



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No carne

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

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



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No cerdo, melón, nectarina, melocotón

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

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



Enero 2026

No cerdo

CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	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
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan
12	13	14	15
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, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Pollo a la jardinera con patatas	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido (pollo, garbanzos y patata)
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta ECO Pan integral	Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla	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	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 Fruta Pan integral	Postre Fruta ECO Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Labneh, yogur griego Pan
26	27	28	29
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada vegetal Pizza margarita	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivia con fideos Bacalao al horno con chips
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	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
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan
12	13	14	15
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, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Pollo a la jardinera con patatas	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido (pollo, garbanzos y patata)
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta ECO Pan integral	Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla	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	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 Fruta Pan integral	Postre Fruta ECO Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Labneh, yogur griego Pan
26	27	28	29
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada vegetal Pizza margarita	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivia con fideos Bacalao al horno con chips
Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan	Postre Fruta Pan integral	Postre Fruta Pan



Enero 2026

No fresa

CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burger de coliflor y sésamo 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 integral	Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan integral	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	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 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
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivia con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
			30
			Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No frutos cáscara

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1		2	
NO LECTIVO		NO LECTIVO	
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	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
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 con tomate y albahaca Merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	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	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
26	27	28	29
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales con bacon y tomate Merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
		30	
		Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan	



Miércoles

Viernes

No kiwi

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1		2	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burger de coliflor y sésamo 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 integral	Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan integral	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	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 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
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
			30
			Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No melón, sandía, naranja, zanahoria cruda, lechuga, kiwi

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1		2	
NO LECTIVO		NO LECTIVO	
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	Macarrones con tomate, cebolla y atún Burguer de coliflor y sésamo Postre Fruta Pan integral	Arroz con tomate Doré de merluza Postre Fruta Pan
12	13	14	15
Lentejas juliana Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan integral	Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan integral	Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	Sopa de verduras de invierno ECO con lluvia Filete de abadejo a la gallega con ajitos, pimentón dulce y patatas panaderas 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
26	27	28	29
Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan integral	Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral	Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
			30
			Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No melón

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

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



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No miel

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1		2	
NO LECTIVO		NO LECTIVO	
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burguer de coliflor y sésamo 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 integral	Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan integral	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	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 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
26	27	28	29
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
			30
			Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan



CEIP SAN JUAN EVANGELISTA

Enero 2026

No morcilla

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1		2	
NO LECTIVO		NO LECTIVO	
5	6	7	8
NO LECTIVO	FESTIVO	Zanahoria, maíz, aceitunas y brotes de soja Macarrones con tomate, cebolla y atún Burguer de coliflor y sésamo 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 integral	Mezclum de lechuga, tomate y naranja Espaguetis integrales con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, maíz y aceitunas Crema de puerros con crutones tostados Albóndigas a la jardinera con patatas Postre Fruta ECO Pan integral	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan
19	20	21	22
Escarola, tomate, zanahoria y maíz Macarrones integrales a la napolitana Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, naranja y manzana Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan	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 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
26	27	28	29
Lechuga, tomate, maíz y manzana Espirales integrales con bacon y tomate Varitas de merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan integral	Escarola, tomate, aceitunas y zanahoria Fabada asturiana con chorizo Pizza de york y queso Postre Fruta Pan	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de lentejas, manzana y zanahoria ECO Pollo al horno a la cazadora con champiñones Postre Fruta Pan integral	Lechuga, tomate, olivas y remolacha Sopa de ave y chirivía con fideos Longanizas de magro al horno con chips Postre Fruta Pan
		30	
		Tosta de tomate Ensalada completa con huevo duro Paella valenciana con bachoqueta y garrofón Postre Lacteo Pan	

