



MENÚ ENERO 2026

SIN LACTOSA



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

ESPAGUETTIS CON SALSA DE TOMATE CASERA

1,3

FOGONERO A LA GALLEGA

4

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS

12

TORTILLA DE PATATA

3

12

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

13

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

14

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

15

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

16

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

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS

CREMA DE JUDIAS VERDES, PUERRO Y CALABACIN

ESTOFADO DE POLLO CON PATATAS

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA

MACARRONES INTEGRALES EN SALSA DE

ARROZ DE MAGRO CON VERDURA

PECHUGA DE POLLO EN SALSA

FILETE DE MERLUZA ENCEBOLLADA EN SALSA

TORTILLA DE ESPINACAS

TOMATE CASERA 1,3

RUSTIDERA DE POLLO Y CAMA DE PATATA

FRUTA DE TEMPORADA

19

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

20

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

21

652 Kcal. P.: 40 HC.: 30 L.: 10

22

571 Kcal. P.: 24 HC.: 79 L.: 35

23

388 Kcal. P.: 28 HC.: 31 L.: 13

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

FIDEAUA MARINERA

SOPA MINESTRONE DE VERDURAS CON FIDEOS

MARMITAKO DE SALMÓN

ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE CASERA

LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON

1,2,3,4,13

1,3

6

Y MEDIO HUEVO DURO 3

VERDURAS 12

TORTILLA FRANCESA 3

POLLO ASADO CON TOMILLO

SALCHICHAS DE CERDO

12

FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA

FRUTA DE TEMPORADA

26

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

27

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

28

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

29

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

30

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

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ

CANELONES EN SALSA TOMATE

COCIDO

CREMA DE GUISESANTES Y CALABACIN

ESTOFADO DE POLLO CON PATATA Y VERDURAS

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA

1,3,

1,3,12

12

12

12

PECHUGA DE POLLO EN SALSA

BACALAILLA AL HORNO A LA BILBAINA

LOMO FRESCO BRASEADO AL HORNO CON

PALOMETA EN SALSA

TORTILLA DE CALABACIN

4

4

VERDURITAS

4

3

FRUTA DE TEMPORADA

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)