



MENÚ ENERO 2026 SIN LACTOSA



1

2

3

4

5

VACACIONES

VACACIONES

6

7

8

571 Kcal. P.: 21 HC.: 58 L.: 19

9

450 Kcal. P.: 17 HC.: 59 L.: 9

10

410 Kcal. P.: 15 HC.: 39 L.: 13

VACACIONES

VACACIONES

ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA

ARROZ A BANDA
2,4,13
PECHUGA DE POLLO AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA

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

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA

ESPAGUETTIS CON SALSA DE TOMATE CASERA
1,3
FOGONERO A LA GALLEGA
4

FRUTA DE TEMPORADA

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

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
12
TORTILLA DE PATATA
3

FRUTA DE TEMPORADA

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

12 390 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 13

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

CREMA DE JUDIAS VERDES,PUERRO Y CALABACIN
12
PECHUGA DE POLLO EN SALSA

FRUTA DE TEMPORADA

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

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

FIDEAU MARINERA
1,2,3,4,13
TORTILLA FRANCESA 3

FRUTA DE TEMPORADA

26 655 Kcal. P.: 25 HC.: 49 L.: 22

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ

CANELONES EN SALSA TOMATE
1,3,
PECHUGA DE POLLO EN SALSA

FRUTA DE TEMPORADA

13 460 Kcal. P.: 31 HC.: 50 L.: 15

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

ESTOFADO DE POLLO CON PATATAS
12
FILETE DE MERLUZA ENCEBOLLADA EN SALSA
VERDE 4

FRUTA DE TEMPORADA

20 622 Kcal. P.: 24 HC.: 46 L.: 8

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y MAIZ

SOPA MINISTRONE DE VERDURAS CON FIDEOS
1,3
POLLO ASADO CON TOMILLO
PATATA PANADERA
12

FRUTA DE TEMPORADA

27 557 Kcal. P.: 33 HC.: 52 L.: 22

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

COCIDO
1,3,12
BACALAILLA AL HORNO A LA BILBAINA
4

FRUTA DE TEMPORADA

14 364 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 15

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MAIZ

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA
12
TORTILLA DE ESPINACAS
3
FRUTA DE TEMPORADA

21 652 Kcal. P.: 40 HC.: 30 L.: 10

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES

MARMITAKO DE SALMÓN
4,12
FILETE DE CABEZADA EN SALSA CON VERDURITAS

FRUTA DE TEMPORADA

28 430 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 8

ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ

CREMA DE GUISANTES Y CALABACIN
12
LOMO FRESCO BRASEADO AL HORNO CON
VERDURITAS

FRUTA DE TEMPORADA

15 620 Kcal. P.: 26 HC.: 52 L.: 11

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES

MACARRONES INTEGRALES EN SALSA DE
TOMATE CASERA 1,3
RUSTIDERA DE POLLO Y CAMA DE PATATA
12

FRUTA DE TEMPORADA

22 571 Kcal. P.: 24 HC.: 79 L.: 35

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNA

ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE CASERA
Y MEDIO HUEVO DURO 3
SALCHICHAS DE CERDO
12

FRUTA DE TEMPORADA

29 414 Kcal. P.: 34 HC.: 41 L.: 16

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES

ESTOFADO DE POLLO CON PATATA Y VERDURAS
6
PALOMETA EN SALSA
12
4

FRUTA DE TEMPORADA

16 480 Kcal. P.: 28 HC.: 47 L.: 20

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS

ARROZ DE MAGRO CON VERDURA
BACALAILLA AL HORNO CON SALSA MERY
4

FRUTA DE TEMPORADA

23 388 Kcal. P.: 28 HC.: 31 L.: 13

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA

LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON
VERDURAS 12
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
4

FRUTA DE TEMPORADA

30 364 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 15

ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MAIZ

ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA ASTURIANA
12
TORTILLA DE CALABACIN
3

FRUTA DE TEMPORADA

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / 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)