



LOS SAUCES - LA MORALEJA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

Enero - 2026

VIERNES

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

1

FESTIVO

2

NO LECTIVO

12

714 Kcal. P.: 11 HC.: 52 L.: 34 G.: 5

ARROZ A LA JARDINERA CON GUIANTES, ZANAHORIA Y JUDIA VERDE
RICE WITH VEGETABLES (PEAS, CARROT AND GREEN BEANS)

ABADEJO A LA ANDALUZA
ANDALUSIAN STYLE FISH

LECHUGA Y BROTES
LETTUCE AND MUNG'S

FRUTA
FRUIT

13

626 Kcal. P.: 17 HC.: 54 L.: 24 G.: 3

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO Y PATATAS
CHICKPEAS, CHICKEN & POTATO

REPOLLO
CABBAGE

FRUTA
FRUIT

14

545 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 33 G.: 8

CREMA DE BONIATO
SWEET POTATO CREAM

DADOS DE CERDO GUISADOS
DICED PORK LOIN STEW

GUIANTES Y PATATAS DADO
PEAS AND DICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

15

688 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 34 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON CALABAZA
WHITE BEANS STEWED WITH PUMPKIN

TORTILLA DE PATATA
SPANISH OMELETTE

TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

16

782 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 38 G.: 10

FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA

POLLO AL CHILINDRÓN
CHICKEN IN TOMATO AND RED PEPPER SAUCE

ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT SALAD

YOGUR
YOGHURT

19

581 Kcal. P.: 14 HC.: 53 L.: 27 G.: 4

GARBANZOS MARROQUÍES CON VERDURAS
MOROCCAN CHICKPEAS WITH VEGETABLES

TAJINE DE POLLO CON COUS COUS Y VERDURAS
CHICKEN TAJINE WITH COUS COUS AND ROASTED VEGETABLES

FRUTA
FRUIT

20

764 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 36 G.: 6

TALLARINES CON VERDURAS EN SALSA DE SOJA
PASTA WITH VEGETABLES IN SOY SAUCE

SALMÓN AL ESTILO CAJÚN CON PIMIENTOS
SAITEADOS

CAJUN-STYLE SALMON WITH SAUTÉED PEPPERS

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

21

696 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 36 G.: 11

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA
STEWED LENTILS WITH POTATO

ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
MEATBALLS WITH VEGETABLES

FRUTA
FRUIT

22

819 Kcal. P.: 12 HC.: 41 L.: 45 G.: 13

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA
RICE WITH TOMATO AND ONION

HUEVOS CON SALCHICHAS
EGGS WITH SAUSAGES

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

23

628 Kcal. P.: 20 HC.: 26 L.: 52 G.: 11

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
GREEN BEANS WITH CARROT

ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS
BATTERED CHICKEN SCALOPPINE

TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN

YOGUR
YOGHURT

26

931 Kcal. P.: 6 HC.: 51 L.: 40 G.: 9

PAELLA DE VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES

EMPANADILLAS DE ATÚN
TUNA PASTIES

LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER

FRUTA
FRUIT

27

895 Kcal. P.: 23 HC.: 34 L.: 39 G.: 7

LENTEJAS GUISADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW

ALITAS DE POLLO CON PAPAS
CHICKEN WINGS WITH POTATOES

ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y OLIVAS
TOMATO, SWEETCORN AND OLIVE SALAD

FRUTA
FRUIT

28

424 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 34 G.: 8

SOPA CASTELLANA
CASTILIAN SOUP

HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON
SERRANO

CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM

FRUTA
FRUIT

29

882 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 34 G.: 9

MACARRONES CON SOFRITO DE TOMATE NATURAL
MACARONI WITH FRESH TOMATO STIR-FRY

HAMBURGUESA COMPLETA
BURGER

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

30

648 Kcal. P.: 26 HC.: 31 L.: 38 G.: 9

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
HARICOT BEANS WITH SAUSAGE

BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA

COD IN TOMATO, BASIL AND OLIVE SAUCE

YOGUR
YOGHURT