



MENU ESCOLAR LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

Enero - 2026 VIERNES

1

2

3

4

5

FESTIVO

ESPIRALES CON TOMATE
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

6

GUISANTES REHOGADOS
ESCALOPINES DE POLLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

7

FESTIVO

8

NO LECTIVO

9

823 Kcal. P.: 11 HC.: 42 L.: 42 G.: 7
LENTEJAS GUIADAS CON ESPINACA,
ZANAHORIA Y CEBOLLA FRITA
POLLO GUIADO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

10

643 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 32 G.: 6
MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
LOMO DE SAJONIA
LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

11

582 Kcal. P.: 13 HC.: 58 L.: 27 G.: 4
ARROZ A LA JARDINERA CON GUISANTES,
ZANAHORIA Y JUDÍA VERDE
ABADEJO A LA ANDALUZA
LECHUGA Y BROTES
FRUTA

12

551 Kcal. P.: 16 HC.: 54 L.: 25 G.: 4
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO Y PATATAS
REPOLLO
FRUTA

13

664 Kcal. P.: 15 HC.: 34 L.: 49 G.: 14
CREMA DE BONIATO
DADOS DE CERDO GUIADOS
GUISANTES Y PATATAS DADO
FRUTA

14

686 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 38 G.: 9
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
CALABAZA
TORTILLA DE PATATA
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

15

729 Kcal. P.: 20 HC.: 45 L.: 33 G.: 8
FIDEUA CON VERDURITAS
POLLO AL CHILINDRON
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
YOGUR

16

690 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 36 G.: 11
ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA
HUEVOS CON SALCHICHAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

17

715 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 40 G.: 8
TALLARINES CON VERDURAS EN SALSA DE
SOJA
SALMON AL ESTILO CAJUN CON PIMIENTOS
SALTEADOS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

18

708 Kcal. P.: 22 HC.: 45 L.: 28 G.: 6
GARBANZOS MARROQUÍES CON VERDURAS
TAJINE DE POLLO CON COUS COUS Y
VERDURAS
FRUTA

19

652 Kcal. P.: 9 HC.: 51 L.: 39 G.: 7
LENTEJAS CON VERDURITAS
ALBONDIGAS CON VERDURAS
PATATAS FRITAS
FRUTA

20

595 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 32 G.: 13
JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
ESCALOPINES DE POLLO
TOMATE Y MAÍZ
YOGUR

21

539 Kcal. P.: 12 HC.: 38 L.: 47 G.: 9
PAELLA DE VERDURAS
EMPANADILLAS DE ATÚN
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

756 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 36 G.: 5
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
POLLO GUIADO
ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y OLIVAS
FRUTA

23

687 Kcal. P.: 17 HC.: 54 L.: 27 G.: 4
SOPA DE FIDEOS
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON
SERRANO
FRUTA

24

751 Kcal. P.: 15 HC.: 41 L.: 41 G.: 13
MACARRONES CON SOFRITO DE TOMATE
NATURAL Y ORÉGANO
HAMBURGUESA COMPLETA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

25

700 Kcal. P.: 29 HC.: 32 L.: 37 G.: 8
ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
YOGUR