

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

			1	2
			NO LECTIVO	NO LECTIVO
5	6	7	8	9
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	Tallarines gratinados Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	Lentejas estofadas con verduras Pollo asado al limón Fruta y pan
12	13	14	15	16
Arroz tres delicias Abadejo a la donostiarra Fruta y pan integral	Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan	Menestra de verduras salteadas Huevos revueltos con cebolla y queso con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	Alubias estofadas con verduras Albóndigas de merluza Fruta y pan integral	Crema de zanahoria (eco.) Estofado de soja Fruta y pan
19	20	21	22	23
Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan integral	Paella de verduras Delicias de bacalao Fruta y pan	Macarrones (integrales) al ajillo Veggie albóndigas jardinera con patatas fritas Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	Sopa de pescado con pasta Pollo asado al romero Fruta y pan integral	Garbanzos estofados Rape a la bilbaína Fruta y pan
26	27	28	29	30
Menestra de verduras salteadas Albóndigas en salsa Fruta y pan integral	Lentejas estofadas con verduras Abadejo a la griega Fruta y pan	Arroz a la napolitana Revuelto de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan integral	Gratén de coliflor con bechamel Pastel de patata y boloñesa de legumbre Fruta y pan