

MES: Enero 2025

Josefa Amar y Borbón

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
TODOS LOS MENUS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA		1 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	2 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	3 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	4 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	5 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta
6 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	7 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)	8 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	9 Crema de calabacín Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Yogur y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)	10 Potaje de garbanzos Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	11 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	12 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos
13 Sopa minestrone Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta)	14 Lentejas castellanas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	15 Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)	16 Alubias estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	17 Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento y zanahoria) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	18 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	19 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos
20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	21 Crema de brócoli Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	22 Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla alemana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	23 Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)	24 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos)	25 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	26 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos
27 Alubias estofadas con verduras Empanada de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	28 Sopa maravilla con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española (guisante, zanahoria, cebolla, tomate y ajo) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	29 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	30 Potaje de garbanzos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)	31 Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)		

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES