

MES: Enero 2025

Josefa Amar y Borbón

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>TODOS LOS MENUS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>						
		<p><b>1</b></p> <p><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>4</b></p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>
<p><b>6</b></p> <p><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p>	<p><b>7</b></p> <p><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>8</b></p> <p>Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.128/748 GT:28 GS:5 HC:96 AZ:25 PROT:24 SAL:3</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de calabacín Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Yogur y pan integral (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.102/742 GT:26 GS:7 HC:81 AZ:21 PROT:42 SAL:2</p>	<p><b>10</b></p> <p>Potaje de garbanzos Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.251/778 GT:35 GS:13 HC:81 AZ:26 PROT:31 SAL:2</p>	<p><b>11</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Sopa minestrone Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.066/734 GT:20 GS:3 HC:92 AZ:37 PROT:42 SAL:4</p>	<p><b>14</b></p> <p>Lentejas castellanas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.111/744 GT:25 GS:5 HC:97 AZ:24 PROT:33 SAL:2</p>	<p><b>15</b></p> <p>Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.197/765 GT:19 GS:3 HC:117 AZ:24 PROT:27 SAL:3</p>	<p><b>16</b></p> <p>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)</p> <p>VE:3.193/764 GT:24 GS:4 HC:83 AZ:24 PROT:51 SAL:2</p>	<p><b>17</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento y zanahoria) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.139/751 GT:31 GS:3 HC:80 AZ:32 PROT:32 SAL:2</p>	<p><b>18</b></p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p><b>19</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>20</b></p> <p>Lentejas a la jardinera Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.128/748 GT:21 GS:3 HC:98 AZ:24 PROT:42 SAL:2</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de brócoli Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.148/753 GT:26 GS:5 HC:99 AZ:26 PROT:25 SAL:3</p>	<p><b>22</b></p> <p>Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla alemana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.235/774 GT:34 GS:7 HC:85 AZ:26 PROT:30 SAL:4</p>	<p><b>23</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:3.285/786 GT:26 GS:7 HC:95 AZ:26 PROT:38 SAL:3</p>	<p><b>24</b></p> <p>Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.067/734 GT:28 GS:5 HC:85 AZ:31 PROT:33 SAL:2</p>	<p><b>25</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>26</b></p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Empanada de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.190/763 GT:20 GS:3 HC:106 AZ:30 PROT:34 SAL:3</p>	<p><b>28</b></p> <p>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)</p> <p>VE:3.152/754 GT:30 GS:9 HC:85 AZ:27 PROT:33 SAL:3</p>	<p><b>29</b></p> <p><b>FESTIVO</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>30</b></p> <p>Potaje de garbanzos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.183/761 GT:33 GS:7 HC:80 AZ:21 PROT:33 SAL:2</p>	<p><b>31</b></p> <p>Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.212/768 GT:25 GS:6 HC:94 AZ:26 PROT:40 SAL:2</p>		

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