

## MES DE ENERO DE 2026

DIA	1º PLATO	2º PLATO	POSTRE
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8	<b>Lentejas estofadas con verduras</b> Puré de verduras	<b>Cuscús</b>	Fruta
9	<b>Arroz caldoso con verduras</b>	<b>Contramuslos de pollo en salsa</b>	Fruta
10	<b>Sábado</b>		
11	<b>Domingo</b>		
12	<b>Caracolas con salsa de calabaza y puerro</b> Caracolas sin huevo	<b>Tortilla de calabacín</b> Calabacín salteado con jamón cocido	Fruta
13	<b>Judías pintas con verduras</b>	<b>Bolitas de arroz y zanahoria en salsa.</b>	Fruta
14	<b>Crema de coliflor y puerro</b>	<b>Pollo (contramuslos) en pepitoria</b> (sin frutos secos)	Fruta
15	<b>Crema de legumbres</b> Crema de legumbres sin lentejas	<b>Pavo (contramuslos) en salsa</b>	Fruta
16	<b>Arroz blanco con tomate</b>	<b>Merluza en salsa con verduras</b> Puré de pavo con verduras	Yogur
17	<b>Sábado</b>		
18	<b>Domingo</b>		
19	<b>Fideuá con verduras</b> Fideuá sin huevo	<b>Tortilla de patata</b> Patatas salteadas con jamón cocido	Fruta
20	<b>Guiso de garbanzos ecológicos con verduras</b>	<b>Arroz blanco</b>	Fruta
21	<b>Judías verdes rehogadas con patatas</b>	<b>Ragú de pollo en salsa</b>	Fruta
22	<b>Paella con verduras</b>	<b>Lomo de cerdo asado con salsa</b>	Fruta
23	<b>Patatas guisadas con verduras</b>	<b>Sardinillas en aceite</b> Puré de pavo con verduras	Yogur
24	<b>Sábado</b>		
25	<b>Domingo</b>		
26	<b>Macarrones integrales con tomate</b> Macarrones integrales sin huevo	<b>Tortilla de calabaza</b> Lonchas de jamón y dados de calabaza	Fruta
27	<b>Lentejas ecológicas guisadas con verduras</b> Puré de verduras	<b>Bolitas de arroz integral y zanahoria.</b>	Fruta
28	<b>Patatas guisadas con bacalao</b> Crema de pollo con verduras	<b>Brócoli rehogado</b>	Fruta
29	<b>Sopa de cocido</b> Sopa de cocido (sin ternera)	<b>Cocido completo</b> Cocido completo (sin ternera)	Fruta
30	<b>Crema de verduras</b>	<b>Merluza al horno con salsa</b> Lomo de cerdo a la plancha	Yogur

La comida se acompaña siempre con agua y pan (que es integral los lunes y los viernes).

**Negro – Menú general**

**Morado – Intolerancia a la proteína de vaca / Rojo – Menú sin huevo**

**Azul – Alergia al pescado**

**Intolerancia a la proteína de la leche / Verde – Intolerancia a las lentejas**