

ESTÁNDAR SIN HUEVO



ENERO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1	2
			Arroz con menestra de verduras Pollo al horno en salsa con judías verdes salteadas yogur	Potaje de garbanzos con zanahorias Merluza al horno con patatas Fruta de temporada
5	6	7	8	9
Crema de calabaza rosada a la plancha con patatas panaderas Fruta de temporada	Arroz con pisto Lomo en salsa de cebollas con verduras salteadas yogur	Potaje de alubias con patatas y arroz Merluza al horno con calabacines salteados Fruta de temporada	Crema de calabacín canelones mixtos con bechamel y queso rallado yogur	Potaje de lentejas Pescadilla en salsa verde con judías verdes refritas Pieza de fruta
12	13	14	15	16
Potaje de garbanzos con judías verdes y calabaza Crema de calabacín y zanahorias Fruta de temporada	Crema de verduras Merluza a la plancha con patatas panaderas Yogur	Puchero con fideos Lagrimitas de pollo fritas con ensalada Fruta de temporada	Arroz con pisto Calabacines salteados con rosada a la plancha Yogur	Ensalada de pasta(maíz, pimienta rojo, verde,cebolla y zanahorias,atún) Ternera guisada a la jardinera Fruta de temporada
19	20	21	22	23
Lentejas con verduras Crema de calabacín Fruta de temporada	Patatas guisadas con menestra de verduras Merluza a la plancha con tomate Yogur	Macarrones a la boloñesa Pollo a la plancha con judías verdes aliñado . Fruta de temporada	Garbanzos con zanahorias Pollo al ajillo con patatas Yogur	Arroz cocido con tomate frito Lomo adobado a la plancha Fruta de temporada
26	27	28	29	30
Crema de zanahorias y calabacín con pollo Patatas guisadas a lo pobre Fruta de temporada	Espirales con tomate Merluza a la plancha yogur	Puchero con fideos Hamburguesa de pollo a la plancha con pisto Fruta de temporada	Patatas guisadas a lo pobre Merluza al pilpil con judías verdes refritas Yogur	Crema de zanahorias Arroz con pollo Fruta de temporada

Todos los menús llevan **pan integral**



Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista y tecnóloga de alimentos nºcolegiada AND-00103