

MES: Enero 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>SIN LENTEJAS, LTP, NO PRUNACEAS-LAVAR Y PELAR TODA LA FRUTA Y VERDURA</p>		<p>1 VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p>2 VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p>3 VACACIONES DE NAVIDAD</p>
<p>6 VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p>7 VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p>8 Pasta con salsa de tomate Rabas de calamar con guacamole de brócoli Fruta y pan <small>VE:3.043/728 GT:17 GS:3 HC:78 AZ:24 PROT:42 SAL:2</small></p>	<p>9 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral <small>VE:3.189/763 GT:21 GS:6 HC:79 AZ:14 PROT:41 SAL:1</small></p>	<p>10 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan <small>VE:3.290/787 GT:25 GS:2 HC:109 AZ:27 PROT:25 SAL:1</small></p>
<p>13 Salteado de acelgas con patatas Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:29 SAL:2</small></p>	<p>14 Arroz tres delicias Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral <small>VE:3.244/776 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:26 SAL:2</small></p>	<p>15 Crema de zanahoria Pollo asado al romero con patatas dado Fruta y pan <small>VE:3.319/794 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:33 PROT:22 SAL:1</small></p>	<p>16 Pasta integral a la napolitana Frittata de zanahoria y champiñones con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral <small>VE:3.290/787 GT:26 GS:8 HC:86 AZ:13 PROT:32 SAL:2</small></p>	<p>17 Patatas estofadas Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:14 GS:3 HC:109 AZ:26 PROT:39 SAL:1</small></p>
<p>20 Arroz hortelano con legumbres con verduras Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:18 GS:3 HC:108 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small></p>	<p>21 Garbanzos estofados con verduras Lomos de jurel en salsa de tomate y albahaca con patatas fritas Fruta y pan integral <small>VE:3.331/797 GT:45 GS:6 HC:133 AZ:38 PROT:51 SAL:1</small></p>	<p>22 Sopa minestrone Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:117 AZ:28 PROT:41 SAL:1</small></p>	<p>23 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Abadejo con pisto Yogur y pan integral <small>VE:3.269/782 GT:14 GS:4 HC:61 AZ:16 PROT:36 SAL:1</small></p>	<p>24 Macarrones gratinados Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan <small>VE:3.173/759 GT:25 GS:6 HC:99 AZ:40 PROT:36 SAL:2</small></p>
<p>27 Crema de verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.031/725 GT:28 GS:4 HC:87 AZ:27 PROT:30 SAL:2</small></p>	<p>28 Fideuá con verduras Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral <small>VE:3.168/758 GT:17 GS:3 HC:91 AZ:26 PROT:36 SAL:2</small></p>	<p>29 FESTIVO</p>	<p>30 Arroz (integral) con pollo al curry Albóndigas de merluza y pota en salsa con salteado de verduras Yogur y pan integral <small>VE:3.072/735 GT:32 GS:7 HC:84 AZ:14 PROT:29 SAL:1</small></p>	<p>31 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan <small>VE:3.315/793 GT:16 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:41 SAL:1</small></p>