

	LUNES 05-01-26	MARTES 06-01-26	MIÉRCOLES 07-01-26	JUEVES 08-01-26	VIERNES 09-01-26
1° Alérgenos		¡DÍA DE REYES!	FIN DE VACACIONES DE NAVIDAD	Espirales con tomate 1	Garbanzos estofados 12
2° Alérgenos				Tortilla de patata con ensalada 3	Filete ruso al horno con ensalada de lechuga y maíz 1-6-12
POSTRE Alérgenos				Fruta y pan integral 1	Fruta

	LUNES 12-01-26	MARTES 13-01-26	MIÉRCOLES 14-01-26	JUEVES 15-01-26	VIERNES 16-01-26
1° Alérgenos	Patatas con verdura 12	Crema de hortalizas (zanahoria, patata, ajo y calabacín) 12	Lentejas estofadas 12	Arroz integral con tomate cocido	Alubias blancas estofadas 12
2° Alérgenos	Ragú de cebón a la hortelana 12	Albóndigas a la jardinera con guisantes y judías verdes 6-12	Palometa al ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria 4	Jamoncitos de pollo al horno con patatas al horno	Abadejo al horno al ajo arriero con ensalada de lechuga y tomate 4
POSTRE Alérgenos	Fruta	Fruta y pan integral 1	Fruta o yogur desnatado 7	Fruta y pan integral 1	Fruta

	LUNES 19-01-26	MARTES 20-01-26	MIÉRCOLES 21-01-26	JUEVES 22-01-26	VIERNES 23-01-26
1° Alérgenos	Patatas guisadas a la riojana 12	Paella mixta 2-4-12-14	Garbanzos estofados 12	Judías verdes al vapor con tomate	Coditos napolitana 1
2° Alérgenos	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria 3	Lomo fresco al horno con patata dado al horno	Merluza Orly al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz 1-4	Pollo al ajillo al horno con arroz pilaf de guarnición	Palometa al horno a la vizcaina con ensalada 4
POSTRE Alérgenos	Fruta	Fruta y pan integral 1	Fruta o yogur desnatado 7	Fruta y pan integral 1	Fruta

	LUNES 26-01-26	MARTES 27-01-26	MIÉRCOLES 28-01-26	JUEVES 29-01-26	VIERNES 30-01-26
1° Alérgenos	Lentejas con verduras 12	Macarrones boloñesa 1	Crema de verduras (zanahoria, patata, ajo y puerro) 12	Arroz integral cocido con tomate	Alubias blancas estofadas 12
2° Alérgenos	Empanadillas fritas de atún con ensalada de lechuga y zanahoria 1-3-4	Pollo asado al limón con patatas asadas 12	Guiso de magro en salsa 12	Abadejo al horno con dados de calabacín al horno 4	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz 3
POSTRE Alérgenos	Fruta	Fruta y pan integral 1	Fruta o yogur desnatado /	Fruta y pan integral 1	Fruta

DECLARACIÓN DE ALÉRGENOS CONFORME AL REGLAMENTO (UE) N° 1169/2011

1:Gluten y prod derivados

2:Crustáceos

3:Huevos

4:Pescado y derivados

5:Cacahuetes

6:Soja

7:Leche y derivados

8:Frutos de cáscara

9:Apio

10:Mostaza

11:Sésamo

12:Sulfitos

13:Altramucos

14:Moluscos

María del Carmen González Ispuerto Dietista-Nutricionista. N° de Colegiado CYL00041