

Menú Cocina Central Enero 2026

Sin Cerdo - - Colegio Remigio Lain (Yuncler)

| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | |
|-------|--|--------|--|-----------|---|--------|---|---------|--|
| 5 | | 6 | | 7 | | 8 | Arroz con Verduras Merluza a la Riojana Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Legumbre + Lácteo Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo | 9 | Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Ave + Fruta Cena: Pasta + Ave + Fruta |
| 12 | Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta | 13 | Crema de Verduras ECO. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta Cena: Arroz + Pescado + Fruta | 14 | Garbanzos a la Catalana. Hamburguesa de Ternera Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo Cena: Verdura + Huevo + Lácteo | 15 | Macarrones con Tomate Merluza Empanada Ensalada de Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta | 16 | Potaje de Alubias Viudas Blancas. Pollo Asado Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo |
| 19 | Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta | 20 | Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo | 21 | Garbanzos a la Catalana. Buñuelos de Bacalao Ensalada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta | 22 | Arroz con Tomate. Merluza en Papillote. Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo | 23 | Brócoli Salteado Lentejas con Pollo. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta |
| 26 | Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta | 27 | Crema de Brócoli y Zanahoria. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Lácteo Cena: Pasta + Pescado + Lácteo | 28 | Arroz con Tomate. Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta | 29 | Menestra de Verduras. Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta | 30 | Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo Cena: Arroz + Verdura + Lácteo |

mediterránea