

Menú Cocina Central Enero 2026

Sin Cero - - Colegio Remigio Lain (Yuncier)

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5

6

7

8

9

Arroz con Tomate.

Caballa en Aceite

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Coliflor en ajada

Macarrones con Atún

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Patata + Ave + Fruta

Cena: Patata + Ave + Fruta

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

Crema de Verduras ECO.

Tortilla Francesa.

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Arroz + Pescado + Fruta

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

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

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

Garbanzos a la Catalana.

Hamburguesa de Ternera

Patatas Dado

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Huevo + Lácteo

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Garbanzos a la Catalana.

Buñuelos de Bacalao

Ensalada

Pan Integral y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

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

Arroz con Verduras

Merluza a la Riojana

Pimientos Asados

Pan y Agua

Piña al Natural

Verdura + Legumbre + Lácteo

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

Macarrones con Tomate

Merluza Empanada

Ensalada de Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Ave + Fruta

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Arroz con Tomate.

Merluza en Papillote.

Verduras Asadas

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Menestra de Verduras.

Cordon Bleu

Ensalada de Lechuga

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Patata + Pescado + Fruta

Cena: Patata + Pescado + Fruta

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

Potaje de Alubias Viudas Blancas.

Pollo Asado

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Patata + Pescado + Lácteo

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

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

Garbanzos Estofados con Verduras.

Tortilla Francesa.

Ensalada

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Arroz + Verdura + Lácteo

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

mediterránea

VALORACION NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.