

ENERO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1	2	3
6	7	8 BROCOLI Y PATATA AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA LONGANIZA DE POLLO CON TOMATE AL HORNO LECHUGA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	9 ESPAGUETIS AL PESTO (albahaca, parmesano, piñones y aceite de oliva) LOMO DE BACALAO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOMATE ZANAHORIA CON SÉSAMO YOGURT	10 PURÉ DE CALABAZA CON QUESO (calabaza, patata y cebolla) ARROZ CON SALSA DE VERDURAS Y HUEVO DURO TOMATE CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA
13 SOPA (pasta, huesos de ternera, col, carcasas de pollo, apio, cebolla, zanahoria y patata) ALITAS DE POLLO AL HORNO CON HIERBAS PROVENZALES Y TOMATE LECHUGA CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA	14 ARROZ 3 DELICIAS (maíz, jamón dulce, guisantes y tortilla) LOMO DE SALMÓN AL HORNO CON CEBOLLA Y PIMIENTO ZANAHORIA CON SÉSAMO YOGURT	15 PURÉ DE CALABACÍN (calabacín, patata y cebolla) COUS COUS CON VERDURAS (crema de leche, calabacín, cebolla y zanahoria) TOMATE CON MOZZARELLA FRUTA DE TEMPORADA	16 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (tomate, cebolla, pimiento y ajo) CABEZA DE LOMO DE CERDO EN SALSA (cebolla, zanahoria y ajo) CON CHAMPIÑONES TOMATE CON ORÉGANO FRUTA DE TEMPORADA	17 PATATA Y JUDÍA AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA CALAMARES A LA ROMANA CON TOMATE AL HORNO ZANAHORIA RALLADA CON PIPAS DE GIRASOL FRUTA DE TEMPORADA
20 VICHYSOISSE (patata, puerro y cebolla) CROQUETAS DE COCIDO CON SANFAINA AL HORNO (berenjena, cebolla, calabacín y pimiento) LECHUGA CON AGUACATE YOGURT	21 LENTEJAS A LA RIOJANA (tomate, cebolla, pimiento, chorizo y ajo) LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON PUERRO Y ZANAHORIA LECHUGA CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	22 MACARRONES AL PEPE (concentrado de carne y crema de leche) PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON CEBOLLA TOMATE CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	23 ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y HUEVO DURO FILETE DE HALIBUT AL HORNO CON CHAMPIÑONES ZANAHORIA RALLADA CON PEPINO FRUTA DE TEMPORADA	24 GUISANTES SALTEADOS CON TOMATE Y CEBOLLA PIZZA VEGETAL (tomate, berenjena, calabacín, cebolla, orégano y queso) CREMA DE CHOCOLATE
27 ESCUDELLA (huesos de ternera, carcasa de pollo, col, apio, cebolla, zanahoria, patata, trozos de pollo, judías blancas, fideos y garbanzos) LOMO DE BACALAO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOMATE ZANAHORIA CON SÉSAMO FRUTA DE TEMPORADA	28 BROCOLI, ZANAHORIA Y PATATA AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON CEBOLLA, PASAS Y CIRUELAS LECHUGA CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA	29 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (tomate, cebolla, pimiento y ajo) FILETE DE TERNERA EMPANADO CON ALCACHOFA (huevo y pan rallado) TOMATE CON ORÉGANO YOGURT	30 PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO DURO (patata, zanahoria, cebolla y judía verde) ESPIRALES A LA NAPOLITANA (tomate, cebolla y queso) ZANAHORIA RALLADA CON QUESO FRUTA DE TEMPORADA	31 ARROZ DE PESCADO (sepia, gambas, guisantes, cebolla, tomate y ajo) LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON PUERRO Y ZANAHORIA TOMATE CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA

Merienda de la tarde para alumnos de preescolar: dos tardes fruta, tres tardes panecillo con chocolate, queso o embutido.

Menú supervisado por la dietista Adhara Giner Núm. CAT00112 del CODINUCAT (Col·legi de dietistes – nutricionistes de Catalunya).

Los platos señalados en negrita están elaborados con productos ecológicos, así como todas las frutas de las comidas y las meriendas.