



Convivencia desde la Cuna desde 1985

MENÚ DEL MES DE ENERO DEL AÑO 2023

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6 (FIESTA)
1º: Cous cous con verduras 2º: Tortilla de queso G: Ens. tomate y maíz P: Fruta y pan	1º: Crema de calabaza 2º: Cinta de lomo G: Champiñones rehogados P: Yogur y pan	1º: Judías pintas 2º: Merluza en salsa de zanahoria G: Pimientos asados P: Fruta y pan	1º: Lombarda con manzana 2º: Filete pavo empanado G: Patatas fritas P: Yogur y pan	1º: Guisantes rehogados 2º y G: Bacalao en papillote P: Fruta y pan
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º: Lentejas estofadas 2º: Merluza en salsa de zanahoria G: Pimientos rojos asados P: Fruta y pan	1º: Crema de brócoli 2º: Filete rusos G: Patatas fritas P: Yogur y pan	1º: Sopa de cocido 2º y G: Cocido completo (garban., ternera, pollo, patata y zanahoria) P: Fruta y pan	1º: Pisto manchego 2º: Tortilla de patatas G: Palitos de zanahoria P: Yogur y pan	1º y 2º: Arroz con pollo G: Ens. mixta (tomate, maíz, aceitunas, huevo y pepino) P: Fruta y pan
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º: Guisantes con patata 2º y G: Merluza en papillote P: Fruta y pan	1º: Crema de zanahorias 2º: Pavo en salsa G: Cous cous P: Yogur y pan	1º: Pasta con verduras 2º: Bacalao con tomate G: Calabaza asada P: Fruta y pan	1º: Judías blancas 2º: Croquetas de cocido G: Ens. de tomate y pepino P: Yogur y pan	1º: Judías verdes 2º: Tortilla de champiñón G: Palitos de zanahoria P: Fruta y pan
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º: Repollo rehogado 2º: Pollo asado G: Patatas a la murciana P: Fruta y pan	1º: Arroz tres delicias (zanahoria, tortilla, guisantes y jamón) 2º: Bacalao a la romana G: Calabacín dados P: Yogur y pan	1º: Sopa de cocido 2º y G: Cocido completo (garban., ternera, pollo, patata y zanahoria) P: Fruta y pan	1º: Puré de verduras 2º: Merluza a la gallega G: Brócoli rehogado P: Yogur y pan	1º y 2º: Pasta carbonara G: Ens. mixta (tomate, maíz, aceitunas, huevo y pepino) P: Fruta y pan
LUNES 30	MARTES 31			
1º: Arroz con tomate 2º: Salchichas de pavo G: Verduras al horno P: Fruta y pan	1º: Menestra de verduras 2º: Tortilla de patatas G: Ens. tomate y maíz P: Yogur y pan			

Cuando el menú incorpore algún alimento, que los niños/as no lo pueden tomar por diversas razones, será sustituido por un alimento de valor nutritivo equivalente.

Todos los menús van acompañados de una porción de pan

