




MENU DE ENERO 2021

SEMANA DEL 7 - 8		JUEVES 7	VIERNES 8
		Sopa de arroz --- Lomo rebozado --- Zanahoria rallada --- Quinoa y pimiento rojo --- Fruta	Lentejas con chorizo --- Pechuga de pollo a la plancha --- Lechuga --- Sticks vegetales --- Yogur

LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	SEMANA DEL 11 - 15
Lazos salteados con jamón y judías verdes --- Salchichas --- Tomate aliñado --- Hamburguesa vegana --- Fruta 	Puré de verduras --- Estofado de ternera --- Cuscús --- Tortilla a la francesa --- Fruta	Garbanzos con acelgas --- Pescado rebozado --- Ensalada  --- Yogur	Consomé con tropezones --- Pollo guisado con patatas --- Patata, huevo, zanahoria y aguacate --- Fruta	Ensalada cesar --- Risotto con champiñones --- Flan casero	

SEMANA DEL 18 - 22	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
	Espaguetis con tomate --- Jamón dulce a la plancha --- Ensalada variada --- Rollitos de primavera  --- Fruta	Ensalada completa con tomate, queso, manzana, nueces y zanahoria --- Fricandó con verduras --- Arroz hervido --- Tofu, patatas fritas y brócoli --- Fruta	Guisantes con beicon --- Pescado al horno --- Lechuga y tomate cherry  --- Petit suisse	Arroz con conejo y alcachofas --- Tortilla de patatas --- Zanahoria rallada --- Fruta	Sopa de pasta --- Pollo al horno --- Verduras salteadas --- Torrada con escalivada y atún --- Fruta en almíbar

LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	SEMANA DEL 25 - 29
Arroz a la cubana --- Libro de jamón y queso --- Ensalada --- Coles de Bruselas gratinadas  --- Fruta	Judías verdes con jamón --- Pollo en pepitoria --- Quinoa con lombarda --- Fruta	Pizza y ensalada --- Ternera al horno --- Wok de verduras con tofu --- Macedonia 	Fideuá con all i oli --- Botifarra --- Zanahoria rallada --- Revuelto de champiñones --- Fruta	Judías blancas estofadas --- Pescado en salsa verde --- Natillas	

Nota: los segundos platos de **color verde** son para los alumnos **que no comen carne**. Los primeros platos con carne se elaboran sin estos.

