



COLEGIO GIOVANNI ANTONIO FARINA

MENÚ DICIEMBRE 2025

LUNES

1

Patatas a la marinera
Lomo a la plancha
con lechuga y maíz
Pan integral-manzana-leche

744Kcal. 38g Prot. 101g HC. 21g Lip.
Pescado, crustáceos y molusco

8

**DÍA DE LA
INMACULADA**

15

Lentejas estofadas
Palometa con tomate y patatas alioli
Pan integral-plátano-leche

675Kcal. 38g Prot. 85g HC. 20g Lip.
Soja, pescado y huevo

MARTES

2

Lentejas con arroz integral
Pescadilla a la romana
con menestra de verduras
Pan-plátano-leche

624Kcal. 30g Prot. 79g HC. 22g Lip.
Soja, Gluten, pescado, huevo y leche

9

Sopa de verduras
Hamburguesa con patatas dado
Pan-mandarina-leche

679Kcal. 29g Prot. 87g HC. 24g Lip.
Soja y sulfitos

16

Crema de calabacín
Ternera asada con champiñones
Pan-flan casero-manzana-leche

692Kcal. 38g Prot. 90g HC. 20g Lip

MIÉRCOLES

3

Sopa de cocido
Albóndigas caseras
con guisantes con jamón
Pan integral-naranja-leche

660Kcal. 32g Prot. 85g HC. 23g Lip.
Gluten, soja, leche y huevo

10

Judías pintas estofadas
con arroz integral
Salmón a la plancha
con lechuga y tomate
Pan integral-manzana-leche

692Kcal. 38g Prot. 83g HC. 23g Lip.
Soja y pescado

17

Paella mixta
Huevo cocido
con mahonesa/tortilla francesa.
Tomate y aceitunas
Pan integral-naranja-leche

694Kcal. 39g Prot. 95g HC. 22g Lip.
Pescado, molusco, crustáceos, y huevo

JUEVES

4

Garbanzos jardinera
Huevo cocido
con mahonesa/tortilla francesa.
Tomate y aceitunas
Pan-mandarina-leche

662Kcal. 37g Prot. 84g HC. 20g Lip.
Soja y huevo

11

Macarrones Napolitana
Huevo cocido/tortilla francesa
con champiñones al ajillo
Pan-naranja-leche

674Kcal. 30g Prot. 94g HC. 20g Lip.
Gluten, huevo y leche (tortilla)

18

Sopa de cocido
Pavo a la plancha
con lechuga y maíz
Pan-pera-leche

679Kcal. 29g Prot. 87g HC. 24g Lip.
Gluten

VIERNES

5

Crema de verduras
Bonito con tomate y patatas alioli
Pan-melocotón almíbar-mix de fruta

596Kcal. 31g Prot. 71g HC. 21g Lip.
Soja y pescado

12

Crema de zanahorias
Perca a la plancha
con lechuga y maíz
Pan integral-yogur-petit-pera

692Kcal. 38g Prot. 90g HC. 20g Lip.
Pescado

19

Pasta integral boloñesa
Merluza a la plancha
con brócoli aliñada
Pan-mandarina-postre navideño

655Kcal. 38g Prot. 80g HC. 20g Lip.
Gluten y pescado



Todos los menús contienen PAN y leche o lácteo y agua de la Red Pública.
INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011.
MENÚ VALIDADO POR: Carmen Gema Benito Fernández. Técnico en Nutrición CNEO