



COLEGIO GIOVANNI ANTONIO FARINA

MENÚ ENERO 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



12
Patatas a la marinera
Lomo a la plancha
con lechuga y maíz
Pan integral-Naranja-Leche

738Kcal. 30g Prot. 95g HC. 25g Lip.
Pescado. Crutáceo. Molusco

13
Judías pintas con arroz integral
Pescadilla a la romana
con menestra de verduras
Pan-Pera-Leche

683Kcal. 39g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Pescado. Gluten. Huevo

14
Sopa juliana
Albóndigas caseras
con champiñón al ajillo.
Pan integral-Plátano-leche

695Kcal. 35g Prot. 90g HC. 23g Lip.
Huevo. Gluten. Sulfitos.

8
Lentejas con arroz integral
Milanesa de pollo
con ensalada de lechuga y tomate.
Pan-Manzana-Leche

695Kcal. 35g Prot. 90g HC. 23g Lip.
Gluten. Huevo.

9
Crema de verduras
Palometa
con tomate y guisantes con jamón
Pan-Mandarina-Leche

662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Lip
Leche. Pescado.

15
Garbanzos jardinera
Salmón a la plancha
con ensalada de tomate y aceitunas
Pan-Manzana-leche

655Kcal. 38g Prot. 80g HC. 20g Lip.
Pescado.

16
Pasta integral a la napolitana
Huevo cocido/tortilla
Pan- Mandarina- Leche

620Kcal. 22g Prot. 85g HC. 23g Lip.
Gluten. Huevo.

19
Crema de zanahoria
Merluza a la plancha
con patatas alioli
Pan integral-manzana-leche

653Kcal. 39g Prot. 79g HC. 19g Lip.
Leche. Pescado. Huevo

20
Lentejas con arroz integral
Pollo asado
con ensalada de lechuga y tomate
Pan-plátano-fruta

652Kcal. 39g Prot. 79g HC. 19g Lip.
Soja

21
Patatas guisadas
Pavo a la plancha
con judías verdes con jamón.
Pan integral-mandarina-leche

622Kcal. 27g Prot. 84gHC. 20g Lip

22
Arroz con tomate
Huevo frito/tortilla
con guisantes con jamón
Pan-naranja-leche

666Kcal. 40g Prot. 74gHC. 23g Lip
Huevo.

23
Judías blancas con verduras
Bonito en salsa
con champiñón al ajillo
Pan-yogur-petit-pera

761Kcal. 39g Prot. 95g HC. 25g Lip.
Pescado. Sulfitos.

26
Lentejas con arroz integral
Perca a la plancha
con ensalada de tomate y aceitunas
Pan integral-Naranja-leche

641Kcal. 34g Prot. 70g HC. 25g Lip
Soja y Pescado.

27
Sopa de cocido
Croquetas caseras
con brócoli aliñado
Pan-Manzana-leche

643Kcal. 29g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Huevo. Gluten. Leche.

28
Paella mixta
Huevo cocido/tortilla francesa
con ensalada de lechuga y maíz
Pan integral-mandarina-leche

662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Lip
Pescado. Crutáceo. Molusco. Huevo.

29
Garbanzos jardinera
Pavo a la plancha con patatas dado
Pan-flan casero-pera

653Kcal. 39g Prot. 79g HC. 19g Lip.
Soja

30
Crema de calabacín
Salmón a la plancha
con ensalada de lechuga y tomate
Pan-mix de fruta

683Kcal. 39g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Leche. Pescado.

¡FELIZ AÑO NUEVO!

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