



COLEGIO GIOVANNI ANTONIO FARINA

ORIENTACIÓN CENAS ENERO 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

12
Sopa de verduras y arroz
Sepia a la plancha
Fruta

13
Arroz a la cubana
con calabaza asada
Yogur

14
Coliflor con bechamel gratinada
Pescado a la plancha
Fruta

8
Champiñones con jamón
Huevos revueltos con espinacas
Fruta

9
Berenjena a la plancha con queso
Hamburguesa casera
Fruta

19
Espinacas salteadas
con patata y jamón
Filete de pavo
Fruta

20
Ensalada de tomate
Fajitas integrales
rellenas de pimiento y pollo
Fruta

21
Calabacín relleno de atún gratinado
con guarnición de zanahoria asada
Fruta

15
Menestra de verduras
Chuleta de sajonia
Fruta

16
Ensalada variada
Pizza casera
Fruta

26
Mazorca de maíz a la sartén
Pisto con huevo
Fruta

27
Puerro asado
Pavo con puré de patata
Yogur

28
Ensalada variada
Atún con arroz 3 delicias
Yogur

22
Verduras salteadas
Pollo al limón
Yogur

23
Crema de puerro
Lomo de cerdo a la plancha
con pimientos asados
Fruta

29
Brócoli gratinado
Sándwich mixto a la plancha
Fruta

30
Arroz caldoso
Lomo con calabacín a la plancha
Yogur

¡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 CENEQ