

MENÚ ESCOLAR ENERO 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

MENÚ ENTERO

PE



VACACIONES DE NAVIDAD 2024/2025



**NO OLVIDES EL
DESAYUNO,
EMPIEZA EL DÍA
¡¡¡CON FUERZA!!!**



**REDUCE EL CONSUMO DE
ALIMENTOS
PROCESADOS
PARA CUIDAR
TU SALUD**



Alubias con calabaza
Merluza a la andaluza con
verduritas
Pan y Lácteo

8

Sopa de picadillo (huevo y
jamón) con arroz
Albóndigas de pollo en salsa a
la jardinera
Pan integral y Fruta

9

Macarrones a la napolitana
Salchichas picnic en salsa con
guisantes
Pan y Lácteo

10

Crema de apio y puerro
Tortilla de patatas con cebolla
y remolacha aliñada
Pan y Fruta

13

Garbanzos con verduras
Lomo de cerdo en salsa con
zanahorias baby
Pan integral y Fruta

14

Estofado de patatas con
verduras
Lomo de salmón a la naranja
con coliflor
Pan y Lácteo

15

Macarrones en salsa
boloñesa casera
Croquetas de cocido y
ensalada tipo 1
Pan integral y Fruta

16

Lentejas con zanahorias
Pechuga de pollo al curry con
patatas
Pan y Lácteo

17

Lentejas con zanahorias
Hamburguesa de pollo en
salsa con verduras
Pan y Fruta

20

Patatas estofadas con ternera
Tortilla francesa con quesitos
Pan integral y Fruta

21

Sopa de ave con verduras y
arroz
Merluza a las finas hierbas
con guisantes
Pan y Lácteo

22

Alubias con judías verdes y
calabaza
Albóndigas de pollo en salsa a
la jardinera
Pan integral y Fruta

23

Macarrones a la napolitana
Figuritas de pescado con
ensalada tipo 2
Pan y Lácteo

24

Crema de verduras hortalana
Pechuga de pollo al limón con
coliflor
Pan y Fruta

27

Lentejas con zanahorias
Merluza a la roteña con
pimientos
Pan integral y Fruta

28

Patatas con chocos
Albóndigas mixtas en salsa a
la jardinera
Pan y Lácteo

29

Garbanzos con zanahorias
Lomo de cerdo adobado al
limón con calabacín
Pan y Fruta

30

Arroz en amarillo con carne
de cerdo
Bocaditos de rosada al horno
y zanahorias aliñadas
Pan y Lácteo

31

Ana Pemán Pérez-Serrano
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Licenciada en Ciencia y Tecnología de Alimentos
Nº Col: AND-00572

Ensalada tipo 1: lechuga romana, zanahoria rallada y tomate.

Ensalada tipo 2: lechuga romana, maíz y rodajas de aceitunas verdes

Ensalada tipo 3: lechuga romana, maíz y remolacha rallada.

TOMA 5 RACIONES DE FRUTAS Y VERDURAS AL DÍA



www.dmaritainfantil.com

SOMOS AGUA: El 70% de nuestro cuerpo es agua, imprescindible para hidratar todos nuestros órganos y eliminar toxinas. Apostar por el agua como bebida familiar es sinónimo de salud. Los zumos de frutas naturales son una buena opción, pero nunca deben sustituir el consumo mínimo diario de agua.

