

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Pasta (sin gluten) con tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	9 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3237/775 GT: 26 GS: 8 HC: 100 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	13 Pasta (sin gluten) napolitana Abadejo al horno Yogur y pan (sin gluten)	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan (sin gluten)	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	16 Guisantes salteados Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2890/691 GT: 21 GS: 5 HC: 92 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan (sin gluten)	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3283/785 GT: 40 GS: 8 HC: 91 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina al horno con salteado de verduras Yogur y pan (sin gluten)	28 Macarrones (sin gluten) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	29 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con pisto Yogur y pan (sin gluten)	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con parmentier de patata al romero Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2919/698 GT: 24 GS: 6 HC: 92 AZ: 21 PROT: 35 SAL: 2

Menú Adaptado

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE
aramark

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Diabetico 7 Raciones			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral	9 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan integral	VE: 3194/764 GT: 24 GS: 6 HC: 98 AZ: 19 PROT: 43 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan integral	13 Espirales a la napolitana Abadejo al horno Yogur y pan integral	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan integral	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan integral	VE: 2758/660 GT: 16 GS: 3 HC: 91 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan integral	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con ensalada Yogur y pan integral	23 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan integral	VE: 2848/681 GT: 23 GS: 5 HC: 87 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la plancha con salteado de verduras Yogur y pan integral	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	29 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con pisto Yogur y pan integral	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con ensalada Fruta y pan integral	VE: 2732/654 GT: 20 GS: 4 HC: 88 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras Yogur y pan	9 Sopa de pasta Garbanzos salteados con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3012/720 GT: 11 GS: 2 HC: 128 AZ: 22 PROT: 29 SAL: 1
12 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Guisantes salteados Yogur y pan	14 Ensalada completa Garbanzos estofados Fruta y pan	15 Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Ensalada completa Lentejas con quinoa y verduras Fruta y pan	VE: 2428/581 GT: 12 GS: 3 HC: 93 AZ: 24 PROT: 24 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras Yogur y pan	21 Ensalada completa Alubias pintas estofadas Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	23 Sopa de pasta Garbanzos salteados con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2587/619 GT: 13 GS: 2 HC: 103 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 1
26 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Ensalada completa Alubias pintas estofadas Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Garbanzos salteados con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Ensalada completa Lentejas estofadas con verduras Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	VE: 2547/609 GT: 15 GS: 3 HC: 97 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 1

No Carne

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Garbanzos salteados con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3091/740 GT: 20 GS: 5 HC: 102 AZ: 20 PROT: 38 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Delicias de bacalao Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas estofadas con verduras Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2880/689 GT: 21 GS: 4 HC: 95 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Garbanzos salteados con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3033/726 GT: 25 GS: 5 HC: 94 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
26 Crema de verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la romana con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Albóndigas de merluza con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Abadejo a la plancha con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 2937/703 GT: 21 GS: 4 HC: 97 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2

Sin Cerdo
MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Cocido completo (sin cerdo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3179/761 GT: 22 GS: 7 HC: 96 AZ: 19 PROT: 43 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pavo a la plancha con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Delicias de bacalao Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas estofadas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2935/702 GT: 19 GS: 3 HC: 97 AZ: 21 PROT: 35 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo (sin cerdo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3221/771 GT: 35 GS: 6 HC: 93 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
26 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la romana con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Albóndigas de merluza con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Pechuga de pollo a la plancha con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 2990/715 GT: 22 GS: 5 HC: 98 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 1

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3244/776 GT: 23 GS: 6 HC: 100 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espiraes a la napolitana Delicias de bacalao Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 3007/719 GT: 20 GS: 4 HC: 98 AZ: 21 PROT: 36 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3217/770 GT: 35 GS: 6 HC: 93 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la romana con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Albóndigas de merluza con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 3052/730 GT: 23 GS: 5 HC: 98 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Sin Huevo, Sin Legumbres, Sin Piel de Fruta, Rosaceas			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Pasta (sin huevo) con tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de pasta (sin huevo) Magro con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2666/638 GT: 12 GS: 3 HC: 88 AZ: 18 PROT: 43 SAL: 2
12 Crema de verduras Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales (sin huevo) napolitana Abadejo al horno Yogur y pan	14 Sopa de pasta (sin huevo) Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2778/665 GT: 13 GS: 3 HC: 97 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Patatas estofadas Magro con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de pasta (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3146/753 GT: 32 GS: 5 HC: 95 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
26 Crema de verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Patatas estofadas Filete de lenguadina a la plancha con salteado de verduras Yogur y pan	28 Pasta (sin huevo) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Sopa de pasta (sin huevo) Filete de merluza al horno con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 2552/611 GT: 18 GS: 4 HC: 79 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 1

Sin Huevo

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Pasta (sin huevo) con tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3103/742 GT: 21 GS: 6 HC: 98 AZ: 19 PROT: 42 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales (sin huevo) napolitana Abadejo al horno Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2865/685 GT: 13 GS: 3 HC: 100 AZ: 22 PROT: 41 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Alubias pintas estofadas Magro con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3275/783 GT: 34 GS: 6 HC: 95 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
26 Crema de verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina al horno con salteado de verduras Yogur y pan	28 Pasta (sin huevo) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 2762/661 GT: 18 GS: 4 HC: 90 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 1

Sin Lactosa

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan	9 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3217/770 GT: 22 GS: 5 HC: 99 AZ: 17 PROT: 42 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Abadejo al horno Yogur de soja y pan	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2786/667 GT: 15 GS: 2 HC: 92 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur de soja y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur de soja y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3161/756 GT: 28 GS: 5 HC: 91 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la romana con salteado de verduras Yogur de soja y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con pisto Yogur de soja y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con patatas asadas Fruta y pan	VE: 2938/703 GT: 20 GS: 4 HC: 93 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 1

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Sin Legumbres, Sin Pescado			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Magro con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2876/688 GT: 17 GS: 5 HC: 89 AZ: 17 PROT: 45 SAL: 2
12 Crema de verduras Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha Yogur y pan	14 Sopa de fideos Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2749/658 GT: 17 GS: 4 HC: 90 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha Yogur y pan	21 Patatas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Pavo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Magro con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2865/685 GT: 27 GS: 5 HC: 88 AZ: 22 PROT: 31 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Patatas estofadas Pavo a la plancha con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Sopa de fideos Pechuga de pollo a la plancha con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 2515/602 GT: 17 GS: 4 HC: 82 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Magro con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2995/717 GT: 19 GS: 5 HC: 89 AZ: 17 PROT: 45 SAL: 2
12 Crema de verduras Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Delicias de bacalao Yogur y pan	14 Sopa de fideos Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2910/696 GT: 20 GS: 4 HC: 95 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz con salsa de tomate Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur y pan	21 Patatas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Magro con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3064/733 GT: 33 GS: 5 HC: 88 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Patatas estofadas Filete de lenguadina a la romana con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Sopa de fideos Filete de merluza al horno con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 2719/650 GT: 21 GS: 5 HC: 85 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2

Sin Pescado

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	9 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3125/748 GT: 20 GS: 6 HC: 100 AZ: 20 PROT: 41 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha Yogur y pan	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con pisto Fruta y pan	15 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Lomo a la plancha con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2846/681 GT: 17 GS: 4 HC: 93 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 1
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Lomo a la plancha Yogur y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Pavo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3017/722 GT: 29 GS: 5 HC: 94 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Pavo a la plancha con salteado de verduras Yogur y pan	28 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con pisto Yogur y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con parmentier de patata al romero Fruta y pan	VE: 2734/654 GT: 18 GS: 4 HC: 90 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 1

Menú Adaptado

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE
aramark

MES: Enero 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Bajo en Grasas			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos salteados Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan	9 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 3105/743 GT: 19 GS: 4 HC: 100 AZ: 20 PROT: 44 SAL: 2
12 Salteado de judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	13 Espirales salteados Abadejo a la plancha Yogur desnatado y pan integral	14 Garbanzos estofados Tortilla francesa con salteado de verduras Fruta y pan	15 Patatas estofadas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan	16 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2659/636 GT: 14 GS: 2 HC: 92 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 2
19 Salteado de acelgas con patatas Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Arroz tres delicias Caballa con salsa de zanahoria y champiñones salteados Yogur desnatado y pan integral	21 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	22 Crema de zanahoria con manzana Abadejo a la donostiarra con patatas asadas Yogur desnatado y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2919/698 GT: 23 GS: 4 HC: 89 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
26 Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	27 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina a la plancha con salteado de verduras Yogur desnatado y pan integral	28 Macarrones salteados Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur desnatado y pan	30 Coliflor al ajillo Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	VE: 2745/657 GT: 18 GS: 3 HC: 89 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 1