

Menú escolar

Enero

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1r Plato				8	9
2º Plato				Arroz con verduras	Lentejas a la riojana (1)
Postre				Tortilla francesa de atún con ensalada mezclum, manzana y queso curado (3,4,7)	Lomo plancha con patatas gajo (1)
	12	13	14	Lácteo (7)	Fruta
1r Plato	Sopa de pescado con arroz (2,4)	Garbanzos guisados con verduras	Fideos a la cazuela (1,3,6,10,12)	Crema de calabacín	Brócoli con patata
2º Plato	Tortilla de calabacín y ensalada de lechuga, pepino y zanahoria (3)	Pollo a la plancha con ensalada mezclum, manzana y queso fresco (3,7)	Salmón al horno con verduritas (4)	Rustido de ternera con setas y patatas fritas	Butifarra con ensalada de tomate (7,12)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Lácteo (7)	Fruta
	19	20	21	22	23
1r Plato	Alubias guisadas con verduras	Arroz con salsa de tomate	Acelgas rehogadas con patata	Sopa de pasta con caldo de pollo (1,3,9)	Patatas a la riojana (7)
2º Plato	Pollo al ajillo con limón y ensalada mezclum, zanahoria rallada y maíz	Merluza rebozada con ensalada de lechuga, queso fresco y aceituna negra (1,3,4,7)	Albóndigas a la jardinera (12)	Tortilla francesa con queso con ensalada de pepino y zanahoria (3,7)	Pavo a la plancha con berenjena rebozada (1,2,4,7,13)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Lácteo (7)	Fruta
	26	27	28	29	30
1r Plato	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7,12)	Lentejas guisadas con verduras (1)	Judías verdes, zanahoria y patata (mayonesa)	Arroz con alitas (12)	Crema de calabacín
2º Plato	Tortilla francesa con ensalada de pepino y zanahoria (3)	Pollo a la cerveza con calabacines (12)	Hamburguesa con cebolla caramelizada y ensalada de tomate, aceituna negra y maíz (12)	Tilapia al horno con ajo y perejil y ensalada mezclum con zanahoria y maíz (4,12)	Pavo a la cazuela con verduritas y patata (12)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Lácteo (7)	Fruta
1r Plato					
2º Plato					
Postre					

