

MES: Enero 2025

CP SAN JORGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

TODOS LOS MENUS IRÁN
ACOMPAÑADOS DE AGUA

1

VACACIONES DE NAVIDAD

2

VACACIONES DE NAVIDAD

3

VACACIONES DE NAVIDAD

6

VACACIONES DE NAVIDAD

7

VACACIONES DE NAVIDAD

8

Arroz caldoso de verduras
Tortilla francesa de jamón york
con ensalada de lechuga
Fruta y pan

VE:3.128/748 GT:28 GS:5 HC:96 AZ:25 PROT:24 SAL:3

9

Crema de calabacín
Pollo al chilindrón (patata,
tomate, pimiento rojo y pimiento
verde)
Fruta y pan integral

VE:3.102/742 GT:26 GS:7 HC:81 AZ:21 PROT:42 SAL:2

10

Potaje de garbanzos
Hamburguesa mixta (cerdo y
ternera) al horno con ensalada
de lechuga
Yogur y pan

VE:3.251/778 GT:35 GS:13 HC:81 AZ:26 PROT:31 SAL:2

13

Sopa minestrone
Salmón con salsa de tomate con
ensalada de lechuga
Fruta y pan

VE:3.066/734 GT:20 GS:3 HC:92 AZ:37 PROT:42 SAL:4

14

Lentejas castellanas
Tortilla de calabacín con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.111/744 GT:25 GS:5 HC:97 AZ:24 PROT:33 SAL:2

15

Crema de verduras
Pollo con arroz
Fruta y pan

VE:3.197/765 GT:19 GS:3 HC:117 AZ:24 PROT:27 SAL:3

16

Alubias estofadas con verduras
Filete de abadejo en salsa
(guisante, patata y tomate) con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.193/764 GT:24 GS:4 HC:83 AZ:24 PROT:51 SAL:2

17

Menestra de verduras salteadas
Magro de cerdo a la campesina
(patata, cebolla, tomate,
pimiento y zanahoria)
Yogur y pan

VE:3.139/751 GT:31 GS:3 HC:80 AZ:32 PROT:32 SAL:2

20

Lentejas a la jardinera
Filete de merluza en salsa
marinera (tomate, cebolla, ajo y
especias)
Fruta y pan

VE:3.128/748 GT:21 GS:3 HC:98 AZ:24 PROT:42 SAL:2

21

Crema de brócoli
Pechuga de pollo empanada con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.148/753 GT:26 GS:5 HC:99 AZ:26 PROT:25 SAL:3

22

Macarrones a la napolitana
(tomate, calabacín y albahaca)
Tortilla alemana con ensalada de
lechuga
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:34 GS:7 HC:85 AZ:26 PROT:30 SAL:4

23

Sopa de cocido
Cocido completo con ensalada
de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.285/786 GT:26 GS:7 HC:95 AZ:26 PROT:38 SAL:3

24

Judías verdes con refrito
Pavo guisado con verduras
(cebolla, zanahoria, patata y
tomate)
Yogur y pan

VE:3.067/734 GT:28 GS:5 HC:85 AZ:31 PROT:33 SAL:2

27

Alubias estofadas con verduras
Empanada de atún con ensalada
de lechuga
Fruta y pan

VE:3.190/763 GT:20 GS:3 HC:106 AZ:30 PROT:34 SAL:3

28

Sopa maravilla con verduras
Albóndigas de cerdo en salsa
española (guisante, zanahoria,
cebolla, tomate y ajo) con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.152/754 GT:30 GS:9 HC:85 AZ:27 PROT:33 SAL:3

29

FESTIVO

30

Potaje de garbanzos
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga
Fruta y pan integral

VE:3.183/761 GT:33 GS:7 HC:80 AZ:21 PROT:33 SAL:2

31

Crema de zanahoria
Pollo en salsa de champiñones
(champiñón, patata, cebolla y
tomillo)
Yogur y pan

VE:3.212/768 GT:25 GS:6 HC:94 AZ:26 PROT:40 SAL:2