

MES: Enero 2026

CP SAN JORGE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA			1 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	2 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	3 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	4 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos
5 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	6 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	7 Lentejas (eco) estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.521/603 GT:17 GS:2 HC:82 AZ:17 PROT:32 SAL:2	8 Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:2.550/610 GT:24 GS:5 HC:71 AZ:23 PROT:26 SAL:3	9 Judías verdes con refrito Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Yogur y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.423/580 GT:26 GS:2 HC:60 AZ:22 PROT:24 SAL:1	10 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	11 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos
12 Alubias estofadas con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.548/610 GT:20 GS:3 HC:81 AZ:19 PROT:23 SAL:1	13 Menestra de verduras salteadas Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.468/591 GT:21 GS:3 HC:71 AZ:25 PROT:27 SAL:2	14 Crema de zanahoria (eco.) Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:2.495/597 GT:26 GS:4 HC:68 AZ:19 PROT:19 SAL:2	15 Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.632/630 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2	16 Arroz caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.493/596 GT:20 GS:3 HC:72 AZ:19 PROT:30 SAL:2	17 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	18 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos
19 Lentejas a la castellana (cebolla, zanahoria, patata y pimentón) Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:2.548/609 GT:15 GS:2 HC:69 AZ:23 PROT:45 SAL:2	20 Sopa de sémola con arroz Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:2.445/585 GT:20 GS:4 HC:67 AZ:20 PROT:33 SAL:1	21 Macarrones integrales (eco.) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.523/603 GT:23 GS:2 HC:71 AZ:23 PROT:26 SAL:3	22 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:2.550/610 GT:27 GS:3 HC:60 AZ:22 PROT:27 SAL:1	23 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:2.537/607 GT:23 GS:4 HC:73 AZ:20 PROT:23 SAL:1	24 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	25 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta
26 Sopa maravilla con verduras Palometa a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.464/589 GT:22 GS:2 HC:66 AZ:22 PROT:22 SAL:2	27 Lentejas (eco.) a la campesina Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:2.499/598 GT:18 GS:5 HC:79 AZ:17 PROT:30 SAL:3	28 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.470/591 GT:17 GS:2 HC:82 AZ:21 PROT:26 SAL:2	29 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	30 Menestra de verduras salteadas Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Yogur y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:2.455/587 GT:21 GS:3 HC:71 AZ:25 PROT:26 SAL:2	31 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

MES: Enero 2026

CP SAN JORGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

TODOS LOS MENÚS IRÁN
ACOMPAÑADOS DE AGUA

1

VACACIONES DE NAVIDAD
1º Legumbres 2º Carne con
Verdura y Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Huevos con
Patatas y Fruta

2

VACACIONES DE NAVIDAD
1º Pasta 2º Pescado con Verdura y
Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y
Fruta

3

1º Arroz 2º Carne
con Verdura y
Fruta
1º Verdura 2º
Huevos con
Patatas y Fruta

4

1º Legumbres 2º
Pescado con
Verdura y Fruta
1º Verdura 2º
Huevos con
Pasta y Fruta

5

VACACIONES DE NAVIDAD
1º Arroz 2º Carne con Verdura y
Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Pescado con
Patatas y Fruta

6

VACACIONES DE NAVIDAD
1º Verdura 2º Pescado con Pasta y
Fruta
(*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y
Fruta

7

Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Filete de abadejo en salsa
(guisante, patata y tomate)
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Verdura y Lácteos

VE:3.247/777 GT:22 GS:2 HC:104 AZ:23 PROT:43 SAL:3

8

Espirales pomodoro (tomate,
cebolla, especias)
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral
(*) 1º Verdura 2º Pescado con
Legumbres y Lácteos

VE:3.316/793 GT:33 GS:6 HC:87 AZ:26 PROT:35 SAL:4

9

Judías verdes con refrito
Magro de cerdo a la campesina
(patata, cebolla, tomate, pimiento,
zanahoria, calabacín y tomillo)
Yogur y pan
(*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura
y Fruta

VE:3.047/729 GT:33 GS:2 HC:30 AZ:29 PROT:30 SAL:2

10

1º Verdura 2º
Carne con
Patatas y Fruta
1º Patatas 2º
Pescado con
Verdura y
Lácteos

11

1º Verdura 2º
Huevos con
Pasta y Lácteos
1º Legumbres 2º
Carne con
Verdura y Fruta

12

Alubias estofadas con arroz
integral
Tortilla de patatas con ensalada de
lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y
Fruta

VE:3.252/778 GT:25 GS:4 HC:103 AZ:26 PROT:30 SAL:2

13

Menestra de verduras salteadas
Pavo guisado con verduras
(cebolla, zanahoria, patata y
tomate)
Fruta y pan integral
(*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura
y Lácteos

VE:3.252/778 GT:28 GS:5 HC:91 AZ:33 PROT:37 SAL:2

14

Crema de zanahoria (eco.)
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Pasta 2º Huevos con Patatas
y Fruta

VE:3.284/786 GT:35 GS:6 HC:88 AZ:25 PROT:26 SAL:2

15

Sopa de cocido con pasta
Cocido completo con ensalada de
lechuga
Fruta y pan integral
(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas
y Lácteos

VE:3.259/780 GT:26 GS:6 HC:95 AZ:26 PROT:38 SAL:3

16

Arroz caldoso de verduras
Filete de merluza en salsa verde
(guisante, cebolla, ajo y perejil)
Yogur y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Verdura y Fruta

VE:3.065/733 GT:25 GS:4 HC:90 AZ:20 PROT:35 SAL:2

17

1º Legumbres 2º
Carne con
Verdura y
Lácteos
1º Verdura 2º
Pescado con
Pasta y Fruta

18

1º Arroz 2º
Pescado con
Verdura y
Lácteos
1º Verdura 2º
Carne con
Patatas y
Lácteos

19

Lentejas a la castellana (cebolla,
zanahoria, patata y pimentón)
Salmón con salsa de tomate con
ensalada de lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y
Lácteos

VE:3.135/750 GT:18 GS:3 HC:84 AZ:31 PROT:58 SAL:3

20

Sopa de sémola con arroz
Pollo al chilindrón (patata, tomate,
pimiento rojo y pimiento verde)
Fruta y pan integral
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Verdura y Lácteos

VE:3.053/730 GT:27 GS:6 HC:77 AZ:26 PROT:44 SAL:2

21

Macarrones integrales (eco.) con
salsa napolitana (tomate, calabacín
y albahaca)
Filete de abadejo al horno con
verduritas (cebolla, zanahoria y
pimiento)
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Verdura y Lácteos

VE:3.206/767 GT:27 GS:3 HC:94 AZ:31 PROT:32 SAL:3

22

Verdura tricolor (patata, zanahoria,
judía verde)
Magro de cerdo a la campesina
(patata, cebolla, tomate, pimiento,
zanahoria, calabacín y tomillo)
Fruta y pan integral
(*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura
y Lácteos

VE:3.260/780 GT:37 GS:3 HC:72 AZ:25 PROT:36 SAL:2

23

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de calabacín con ensalada
de lechuga
Yogur y pan
(*) 1º Verdura 2º Pescado con
Patatas y Fruta

VE:3.104/743 GT:28 GS:4 HC:89 AZ:26 PROT:29 SAL:2

24

1º Verdura 2º
Carne con
Patatas y Fruta
1º Pasta 2º
Pescado con
Verdura y Fruta

25

1º Verdura 2º
Huevos con
Pasta y Lácteos
1º Patatas 2º
Pescado con
Verdura y Fruta

26

Sopa maravilla con verduras
Palometa a la griega con ensalada
de lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Legumbres y Fruta

VE:3.182/761 GT:29 GS:3 HC:81 AZ:29 PROT:28 SAL:3

27

Lentejas (eco.) a la campesina
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga
Fruta y pan integral
(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y
Lácteos

VE:3.121/747 GT:23 GS:6 HC:97 AZ:22 PROT:37 SAL:3

28

Arroz con salsa de tomate
Filete de merluza en salsa
marinera (tomate, cebolla, ajo y
especias)
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne con
Verdura y Fruta

VE:3.200/766 GT:23 GS:2 HC:7 AZ:28 PROT:32 SAL:3

29

FESTIVO
1º Verdura 2º Carne con Pasta y
Fruta
(*) 1º Patatas 2º Pescado con
Verdura y Fruta

30

Menestra de verduras salteadas
Pavo guisado con verduras
(cebolla, zanahoria, patata y
tomate)
Yogur y pan
(*) 1º Legumbres 2º Carne con
Verdura y Fruta

VE:3.238/775 GT:28 GS:5 HC:92 AZ:33 PROT:36 SAL:2

31

1º Verdura 2º
Carne con Pasta
y Lácteos
1º Arroz 2º
Huevos con
Verdura y
Lácteos

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES