

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
5	6	7	8	9
			<b>CREMA DE CALABAZA 10</b> calabaza, patata, aceite <b>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8</b> filete de pollo, harina, pan rallado  FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g Cena: sopa castellana con huevo y jamón	<b>ARROZ HORTELANO</b> arroz, verduras, aceite  <b>ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8</b> abadejo, zanahoria, cebolla, tomate  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g Cena:pavo en salsa a la jardinera
<b>12</b> <b>CREMA DE ZANAHORIA 10</b> zanahoria, patata, aceite <b>CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 8.10</b> cinta de lomo de cerdo, patata, ajo,perejil  FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g Cena:gallo a la plancha con papillote	<b>13</b> <b>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</b> alubias pintas, patata, codillo, zanahoria <b>MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8</b> merluza, ajo, perejil, cebolla, harina  FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g Cena: pavo al curry con fideos de calabacín	<b>14</b> <b>PURÉ DE MENESTRA 10</b> menestra, patata, aceite <b>FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.10</b> pollo, curry, zanahoria, cebolla  FRUTA Y PAN 8 KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g Cena: espinacas con queso de cabra y jamón	<b>15</b> <b>PASTA CON TOMATE Y CHORIZO 7.8</b> pasta, picadillo de chorizo, tomate <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</b> huevo liquido, patata, aceite  FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g Cena: emperador a la plancha c/menestra	<b>DÍA DE LA CROQUETA</b> <b>GARBANZOS GUISADOS CON CALABAZA 10</b> garbanzos, calabaza, codillo <b>CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA 1.2.6.7.8</b> pan rallado, harina, leche, bacalao  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g Cena:ternera la plancha con ensalada
<b>19</b> <b>LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10</b> lentejas, patata, codillo, zanahoria <b>TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA</b> huevo liquido, patata, cebolla, aceite  FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g Cena:guiso de pescado con verduras	<b>20</b> <b>CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10</b> zanahoria, apio, repollo, patata <b>LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10</b> lacón, patatas, pimenton, aceite  FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g Cena: revuelto de jamón y queso	<b>21</b> <b>ARROZ CON TOMATE</b> arroz, tomate frito, aceite  <b>PALOMETA A LA BILBAINA CON ENSALADA 2.10</b> palometa, ajo, perejil, pimienta, vinagre  FRUTA Y PAN 8 KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g Cena: magro estofado con menestra	<b>22</b> <b>SOPA DE COCIDO 5.7.8</b> pasta, codillo, gallina <b>COCIDO COMPLETO 10</b> garbanzos, chorizo, ternera, patata  FRUTA Y PAN 8 KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g Cena: bacalao en papillote c/verdura wok	<b>23</b> <b>PATATAS A LA RIOJANA 10</b> patata, chorizo, pimienta <b>SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1</b> salchichas de pavo  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g Cena: wrap con tortilla, espinacas y queso
<b>26</b> <b>PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8</b> pasta,tomate, queso <b>MERLUZA EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8</b> merluza, margarina, grio limón  FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g Cena: pollo asado con verdura vapor	<b>27</b> <b>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</b> alubias pintas, patata, codillo, zanahoria <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</b> huevo liquido, patata, aceite  FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g Cena: lacón a la gallega con puré de patata	<b>28</b> <b>PURÉ DE JUDIAS VERDES 10</b> judías verdes, patata, aceite <b>ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) A LA JARDINERA 1.8.10</b> burguer meat cerdo ternera, menestra, curcuma  FRUTA Y PAN 8 KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g Cena: bacalao ajo arriero c/parrillada de verduras	<b>29</b> <b>PAELLA DE VERDURAS</b> arroz, menestra, tomate  <b>ABADEJO CON PISTO 2</b> abadejo, tomate frito, calabacin, pimienta  FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g Cena: ragú de ternera a la jardinera	<b>30</b> <b>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</b> pasta, codillo, gallina <b>POLLO ASADO CON ENSALADA 8</b> pollo, zanahoria, cebolla  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g Cena: pizza de base de brocoli con atún

CC PALOMERAS - MENÚ ENERO 2026  
MENÚ SIN FRUTOS SECOS

Código web:312603142

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>5</p>  <p>Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años Servicios integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027</p>	<p>6</p> 	<p>7</p> 	<p>8</p> <p>CREMA DE CALABAZA 10</p> <p>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g</p>	<p>9</p> <p>ARROZ HORTELANO</p> <p>ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g</p>
<p>12</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA 10</p> <p>CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 8.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g</p>	<p>13</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g</p>	<p>14</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS 10</p> <p>FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g</p>	<p>15</p> <p>PASTA CON TOMATE Y CHORIZO 7.8</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g</p>	<p>DÍA DE LA CROQUETA</p> <p>GARBANZOS GUIRADOS CON CALABAZA 10</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA 1.2.6.7.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g</p>
<p>19</p> <p>LENTEJAS GUIRADAS CON VERDURAS 10</p> <p>TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10</p> <p>LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g</p>	<p>21</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>PALOMETA A LA BILBAINA CON ENSALADA 2.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE COCIDO 5.7.8</p> <p>COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g</p>	<p>23</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA 10</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g</p>
<p>26</p> <p>PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8</p> <p>MERLUZA EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g</p>	<p>27</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g</p>	<p>28</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10</p> <p>ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) A LA JARDINERA 1.8.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g</p>	<p>29</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>ABADEJO CON PISTO 2</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</p> <p>POLLO ASADO CON ENSALADA 8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g</p>

CC PALOMERAS - MENÚ ENERO 2026  
MENÚ SIN GLUTEN NI LACTOSA

Código web:312603142

LUNES		MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
5		6	7	8	9
				CREMA DE CALABAZA 10	ARROZ CON VERDURAS
		Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años Servicios integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027			
				NUGGETS DE POLLO SIN GLUTEN CON ENSALADA	MERLUZA EN SALA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2
				FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g	POSTRE SOJA O FRUTA Y PAN SIN GLUTEN 1 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g
12		13	14	15	
CREMA DE ZANAHORIA 10	ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10	CREMA DE CALABACÍN 10	PASTA EN SALSA ALBAHACA s/gluten ni huevo	DÍA DE LA CROQUETA GARBANZOS GUIADOS CON VERDURAS 10	
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 10	MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2	POLLO ASADO A LA FINAS HIERBAS CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7	ABADEJO CON TOMATE CON FRITADA DE VERDURAS 2	
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g	POSTRE SOJA O FRUTA Y PAN SIN GLUTEN 1 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g	
19		20	21	22	23
LENTEJAS A LA HORTELANA 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 10	ARROZ CON TOMATE	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5 s/gluten ni huevo	PATATAS CON VERDURAS 10	
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10	PALOMETA EN SALSA DE 2 VERDURAS CON ENSALADA	COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1	
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g	POSTRE SOJA O FRUTA Y PAN SIN GLUTEN 1 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g	
26		27	28	29	30
PASTA EN SALSA PROVENZAL s/gluten ni huevo	ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10	CREMA DE CALABAZA 10	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5 s/gluten ni huevo	
MERLUZA AL AJO ARRIERO CON ENSALADA 2.5	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7	HAMBURGUESA (burger meat) DE TERNERA ESTOFADA CON VERDURAS ASADAS 1.10	ABADEJO A LA JARDINERA CON ZANAHORIA BABY	POLLO AL CHILINDRÓN CON ENSALADA	
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g	FRUTA Y PAN SIN GLUTEN KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g	POSTRE SOJA O FRUTA Y PAN SIN GLUTEN 1 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g	

\*Los productos utilizados para la elaboración de este menú son exentos de gluten

CC PALOMERAS - MENÚ ENERO 2026  
MENÚ SIN LENTEJAS

Código web:312603142

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>5</p>  <p>Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años Servicios integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027</p>	<p>6</p> 	<p>7</p> 	<p>8</p> <p>CREMA DE CALABAZA 10</p> <p>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g</p>	<p>9</p> <p>ARROZ HORTELANO</p> <p>ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g</p>
<p>12</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA 10</p> <p>CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 8.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g</p>	<p>13</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g</p>	<p>14</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS 10</p> <p>FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g</p>	<p>15</p> <p>PASTA CON TOMATE Y CHORIZO 7.8</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g</p>	<p>DÍA DE LA CROQUETA GARBANZOS GUIRADOS CON CALABAZA 10</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA 1.2.6.7.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g</p>
<p>19</p> <p>BROCOLI AL CURRY 3.10</p> <p>TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10</p> <p>LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g</p>	<p>21</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>PALOMETA A LA BILBAINA CON ENSALADA 2.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE COCIDO 5.7.8</p> <p>COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g</p>	<p>23</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA 10</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g</p>
<p>26</p> <p>PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8</p> <p>MERLUZA EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g</p>	<p>27</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g</p>	<p>28</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10</p> <p>ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) A LA JARDINERA 1.8.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g</p>	<p>29</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>ABADEJO CON PISTO 2</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</p> <p>POLLO ASADO CON ENSALADA 8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g</p>

CC PALOMERAS - MENÚ ENERO 2026  
MENÚ SIN CERDO

Código web:312603142

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>5</p> 	<p>6</p>  <p>Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años Servicios integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027</p>	<p>7</p> 	<p>8</p> <p>CREMA DE CALABAZA 10</p> <p>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g</p>	<p>9</p> <p>ARROZ HORTELANO</p> <p>ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g</p>
<p>12</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA 10</p> <p>RAGÚ DE PAVO ESTOFADO CON PATATA VAPOR 10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g</p>	<p>13</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g</p>	<p>14</p> <p>PURÉ DE MENESTRA 10</p> <p>FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g</p>	<p>15</p> <p>PASTA EN SALSA ALBAHACA 7.8</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g</p>	<p>DÍA DE LA CROQUETA</p> <p>GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA 1.2.6.7.8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g</p>
<p>19</p> <p>LENTEJAS A LA HORTELANA</p> <p>TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10</p> <p>MERLUZA A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g</p>	<p>21</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>PALOMETA A LA BILBAINA CON ENSALADA 2.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</p> <p>COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, ternera, patatas</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g</p>	<p>23</p> <p>PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 10</p> <p>SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g</p>
<p>26</p> <p>PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8</p> <p>MERLUZA EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g</p>	<p>27</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g</p>	<p>28</p> <p>PURÉ DE JUDÍAS VERDES 10</p> <p>HAMBURGUESA (burger meat) DE TERNERA ESTOFADA CON VERDURAS ASADAS 1.10</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g</p>	<p>29</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>ABADEJO CON PISTO 2</p> <p>FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</p> <p>POLLO ASADO CON ENSALADA 8</p> <p>POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g</p>

CC PALOMERAS - MENÚ ENERO 2026  
MENÚ SIN BRÓCOLI

Código web:312603142

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
5	6	7	8	9
	  <b>Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años</b> <i>Servicios integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027</i>		<b>CREMA DE CALABAZA 10</b>  <b>ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 PROT 26 HC 70 g LIP 28 g	<b>ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8</b>  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 660 PROT 29 g HC 81 g LIP 24 g
<b>12</b> <b>CREMA DE ZANAHORIA 10</b>  <b>CINTA DE LOMO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 8.10</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 38 g HC 67 g LIP 24 g	<b>13</b> <b>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</b>  <b>MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 651 PROT 47 g HC 67 g LIP 16 g	<b>14</b> <b>CREMA DE CALABACÍN 10</b>  <b>FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.10</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 680 PROT 36 g HC 61 g LIP 29 g	<b>15</b> <b>PASTA CON TOMATE Y CHORIZO 7.8</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 26 g HC 77 g LIP 30 g	<b>DÍA DE LA CROQUETA</b> <b>GARBANZOS GUISADOS CON CALABAZA 10</b>  <b>CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA 1.2.6.7.8</b>  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 675 PROT 24 g HC 86 g LIP 24 g
<b>19</b> <b>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10</b>  <b>TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 PROT 26 g HC 69 g LIP 31 g	<b>20</b> <b>CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10</b>  <b>LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 32 g HC 66 g LIP 30 g	<b>21</b> <b>ARROZ CON TOMATE</b>  <b>PALOMETA A LA BILBAINA CON ENSALADA 2.10</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 687 PROT 29 g HC 83 g LIP 26 g	<b>22</b> <b>SOPA DE COCIDO 5.7.8</b>  <b>COCIDO COMPLETO 10</b> garbanzos, chorizo, ternera, patata  FRUTA Y PAN 8 KCAL 621 PROT 30 g HC 67 g LIP 23 g	<b>23</b> <b>PATATAS A LA RIOJANA 10</b>  <b>SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA 1</b>  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 678 PROT 49 g HC 52 g LIP 29 g
<b>26</b> <b>PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8</b>  <b>MERLUZA EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 32 g HC 82 g LIP 22 g	<b>27</b> <b>ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS 10</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 39 g HC 56 g LIP 27 g	<b>28</b> <b>JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10</b>  <b>RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON VERDURAS ASADAS</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 695 PROT 18 g HC 59 g LIP 41 g	<b>29</b> <b>PAELLA DE VERDURAS</b>  <b>ABADEJO CON PISTO 2</b>  FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 26 g HC 86 g LIP 22 g	<b>30</b> <b>SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8</b>  <b>POLLO ASADO CON ENSALADA 8</b>  POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 644 PROT 36 g HC 53 g LIP 31 g