

ENERO 2026

Solo Pasta y Arroz de primero - - CEIP Lopez de Vega

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

29

30

31

1

2



5

6



7

- 12 Arroz Integral con Verduras
- Tortilla de Patata y Espinacas
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 19 Pasta Capresse
- Caballitas en Aceite
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 26 Pasta con Tomate
- Redondo de Pavo al Horno
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 13 Pasta en Salsa Provenzal
- Palitos de Merluza Fritos
- Zanahorias Guisadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 20 Sopa de Arroz Integral
- Pollo asado con Chimichurri
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 27 Sopa de Arroz Integral
- Merluza al Vapor al Ajillo
- Zanahorias al Vapor
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 14 Sopa de Arroz Integral
- Filete de Cerdo a la Gallega
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 21 Pasta Salteada con Ajo
- Abadejo al Horno a la Vizcaína
- Patatas al Horno
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 28 Arroz Integral con Verduras
- San Jacobo Frito
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 8 Sopa de Arroz Integral
- Tortilla de Patata y Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 15 Arroz Integral a la Cubana
- Palometa al Horno Encebollada
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 22 Pasta con Tomate
- Tortilla de Patata y Calabacín
- Ensalada de Lechuga y Maíz
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 29 Pasta Salteada con Ajo
- Abadejo al Horno con Salsa de Adobo
- Judías Verdes Salteadas
- Pan Integral
- Fruta de Temporada
- Yogur Natural

- 9 Pasta con Tomate
- Jamoncitos de Pollo Horneados
- Ensalada Verde
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 16 Pasta a la Napolitana
- Redondo de Pavo al Horno
- Pisto Riojano
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 23 Arroz Integral al Curry
- Albóndigas Horneadas en Salsa
- Menestra Salteada
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

- 30 Paella Integral de Marisco
- Tortilla de Patata y Cebolla
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan Integral
- Fruta de Temporada

mediterránea

ENERO 2026

Sin Gluten, Sin Lactosa, Baja en Fodmaps - - CEIP López de Vega

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

29

30

31

1

2



5

6

7

8

9

12 Crema de Judías Verdes, Calabacín y Patata
Tortilla de Patata y Cebolla

13 Pasta con Verduras (Calabacín, Zanahoria)
Dieta
Merluza Asada Sin Ajo

Brócoli al Vapor (sin ajo)
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

14 Crema de Patata,Calabacín y Zanahoria
Filete de Cerdo a la Gallega (sin ajo)

15 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Palometa al Horno Encebollada (sin ajo,sin perejil)

16 Crema de Puerro y Zanahoria
Chuleta de Pavo Asada (Sin ajo)

Guisantes Salteados (sin ajo)
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

19 Pasta con Verduras (Calabacín, Zanahoria)
Dieta
Palometa al Horno al Limón (Sin ajo,sin perejil)

20 Sopa de Arroz Blanco
Pollo asado con Chimichurri (sin ajo,sin perejil)

Brócoli al Vapor (sin ajo)
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

21 Crema de Judías Verdes, Calabacín y Patata
Abadejo al Horno a la Vizcaína (sin ajo)

22 Pasta Salteada con Brócoli Dieta
Tortilla de Patata y Cebolla

26 Pasta con Verduras (Calabacín, Zanahoria)
Dieta
Tortilla Francesa

27 Sopa de Arroz Blanco
Merluza al Vapor al Ajillo

Brócoli al Vapor (sin ajo)
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

28 Crema de Calabaza y Patata
Filete de Pollo a la Plancha Sin Ajo

29 Pasta Salteada con Ajo Dieta
Abadejo al Horno con Salsa de Adobo (Sin ajo)

Zanahorias al Vapor Sin Ajo
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Patatitas al Horno
Pan Sin Gluten

Patatitas al Horno
Pan Sin Gluten

Judías Verdes Salteadas Sin Ajo
Pan Sin Gluten

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

Fruta de Temporada

30 Arroz Blanco con Verduras Dieta
Tortilla de Patata y Cebolla

mediterránea