

Menú I. fría TOLEDO. Enero 2024

Sin Leche y Derivados - - Colegio Jose Bárcena (Talavera de la Reina)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Crema de Zanahoria Tallarines con Tomate y Atún Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Fruta	Potaje de Lentejas con Calabaza Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	Cazuela de Fideos con Choco Contramuslo de Pollo al Horno Encebollado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	Alubias Blancas Guisadas Abadejo a Las Finas Hierbas Ensalada de Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Fruta	Arroz con Tomate Tortilla de Patatas con Calabacín Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta
15	16	17	18	19
Crema Hortelana Estofado de Patatas con Ternera Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Arroz Caldoso de Verduras Tortilla Francesa de Atún Zanahorias al Vapor (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Fruta	Lentejas Guisadas con Pollo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Garbanzos Estofados con Verduras Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	Macarrones con Tomate y Albahaca Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta
22	23	24	25	26
Potaje de Alubias Blancas Tortilla de Patatas con Calabacín Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	Brócoli Salteado Espaguetis Boloñesa Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Puchero Dados de Atún a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	Crema de Calabacín Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Patatas Panaderas al Vapor Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Fruta	Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Bacalao al Horno en Salsa Verde Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta
29	30	31		
Crema de Verduras Estofado de Patatas con Magro de cerdo Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Coditos con Tomate Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	Lentejas guisadas con Arroz Abadejo al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta		

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
<p>Crema de Zanahoria Tallarines con Tomate y Atún</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Potaje de Lentejas con Calabaza Albóndigas de Merluza con Tomate</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Cazuela de Fideos con Choco Cordon Bleu de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>Alubias Blancas Guisadas Abadejo a Las Finas Hierbas</p> <p>Ensalada de Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz con Tomate Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>
15	16	17	18	19
<p>Crema Hortelana Estofado de Patatas con Ternera</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz Caldoso de Verduras Tortilla Francesa de Atún</p> <p>Zanahorias al Vapor (guarnición)</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Lentejas Guisadas con Pollo Filete de Merluza Empanada</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>Garbanzos Estofados con Verduras Muslito de Pollo al Horno al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Macarrones con Tomate y Albahaca Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
22	23	24	25	26
<p>Potaje de Alubias Blancas Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Brócoli Salteado con Queso Rallado Espaguetis Boloñesa</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Puchero Dados de Atún a la Riojana</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>Crema de Calabacín Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias</p> <p>Patatas Panaderas al Vapor</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Bacalao al Horno en Salsa Verde</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
29	30	31		
<p>Crema de Verduras Patatas Guisadas con Choco</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Coditos con Tomate y Queso Bagre al Vapor en Salsa de Adobo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Lentejas guisadas con Arroz Abadejo al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Fruta</p>		

Menú I. fría TOLEDO. Enero 2024

Sin Pescado Sin Marisco - Colegio Jose Bárcena (Talavera de la Reina)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
<p>Crema de Zanahoria Tallarines con Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Potaje de Lentejas con Calabaza Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>10 Cazuela de Fideos con Pollo Cordon Bleu de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>11 Alubias Blancas Guisadas Cinta de Lomo al Horno a Las Finas Hierbas</p> <p>Ensalada de Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>12 Arroz con Tomate Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>
15	16	17	18	19
<p>Crema Hortelana Estofado de Patatas con Ternera</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>16 Arroz Caldoso de Verduras Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>17 Lentejas Guisadas con Pollo Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>18 Garbanzos Estofados con Verduras Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>19 Macarrones con Tomate y Albahaca Pavo al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
22	23	24	25	26
<p>22 Potaje de Alubias Blancas Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>23 Brócoli Salteado con Queso Rallado Espaguetis Boloñesa</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>24 Puchero Contramuslo de Pollo al Horno Marinado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>25 Crema de Calabacín Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Patatas Panaderas al Vapor Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>26 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
29	30	31		
<p>29 Crema de Verduras Estofado de Patatas con Magro de cerdo</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>30 Coditos con Tomate y Queso Cinta de Lomo de cerdo al Horno en Salsa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>31 Lentejas guisadas con Arroz Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta</p>		

mediterránea

Menú I. fría TOLEDO. Enero 2024

Sin Huevo (Sí Trazas) Sin Alubias - - Colegio Jose Bárcena (Talavera de la

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
<p>Crema de Zanahoria Tallarines con Tomate y Atún</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Potaje de Lentejas con Calabaza Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Ave + Fruta</p>	<p>Cazuela de Fideos con Choco Cordon Bleu de Pollo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>Macarrones con Verduras Abadejo a Las Finas Hierbas</p> <p>Ensalada de Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz con Tomate Contramuslo de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>
15	16	17	18	19
<p>Crema Hortelana Estofado de Patatas con Ternera</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz Caldoso de Verduras Pavo al Horno al Limón</p> <p>Zanahorias al Vapor (guarnición) Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Lentejas Guisadas con Pollo Filete de Merluza Empanada</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Ave + Fruta</p>	<p>Garbanzos Estofados con Verduras Muslito de Pollo al Horno al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Macarrones con Tomate y Albahaca Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
22	23	24	25	26
<p>Arroz con Calabaza y Puerro Pavo al Horno Encebollado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Brócoli Salteado con Queso Rallado Espaguetis Boloñesa</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>Puchero Dados de Atún a la Riojana</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>Crema de Calabacín Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias</p> <p>Patatas Panaderas al Vapor Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Ave + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Bacalao al Horno en Salsa Verde</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Yogur de sabor</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
29	30	31		
<p>Crema de Verduras Estofado de Patatas con Magro de cerdo</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Coditos con Tomate y Queso Bagre al Vapor en Salsa de Adobo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Lentejas guisadas con Arroz Abadejo al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan Integral (30g.) y Agua Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Fruta</p>		

mediterránea

Menú I. fría TOLEDO. Enero 2024

Sin Legumbres - - Colegio Jose Bárceña (Talavera de la Reina)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
<p>Crema de Zanahoria</p> <p>Espaguetis de Maíz con Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz con Calabaza y Puerro</p> <p>Magro de Cerdo con Tomate</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Cazuela de Fideos de Maíz con Choco Sin Guisantes</p> <p>Contramuslo de Pollo al Horno Encebollado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>Macarrones de Maíz con Verduras</p> <p>Abadejo a Las Finas Hierbas</p> <p>Ensalada de Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz con Tomate</p> <p>Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Yogur de sabor</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>
15	16	17	18	19
<p>Crema Hortelana</p> <p>Estofado de Patatas con Ternera</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz Caldoso de Verduras</p> <p>Tortilla Francesa de Atún</p> <p>Zanahorias al Vapor (guarnición)</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Patatas Guisadas con Pollo Merluza al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Huevo + Fruta</p>	<p>Calabacín Salteado con Patata</p> <p>Muslito de Pollo al Horno al Ajillo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Tomate</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Macarrones de Maíz con Tomate y Albahaca</p> <p>Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
22	23	24	25	26
<p>Arroz con Calabaza y Puerro</p> <p>Tortilla de Patatas con Calabacín</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Brócoli Salteado con Queso Rallado</p> <p>Espaguetis de Maíz Boloñesa</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Crema de Verduras</p> <p>Contramuslo de Pollo al Horno Marinado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>	<p>Crema de Calabacín</p> <p>Ternera al Horno con Salsa de Zanahorias</p> <p>Patatas Panaderas al Vapor</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta</p>	<p>Arroz al Vapor con Salsa de Tomate</p> <p>Bacalao al Horno en Salsa Verde</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Yogur de sabor</p> <p>Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta</p>
29	30	31		
<p>Crema de Verduras</p> <p>Estofado de Patatas con Magro de cerdo</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo o Fruta</p>	<p>Macarrones de Maíz con Tomate</p> <p>Bagre al Vapor en Salsa de Adobo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco (30 g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta</p>	<p>Crema Vichyssoise</p> <p>Abadejo al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Cebolla</p> <p>Pan Integral (30g.) y Agua</p> <p>Fruta Temporada</p> <p>Cena: Patata + Carne + Fruta</p>		

mediterránea