

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata) 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún  	Garbanzos al estilo casero 	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz  	Bacalao al horno Zanahoria salteada    	Paella de pollo 	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado 	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Alubias blancas con verduras 	Macarrones con tomate (*) 	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) 	Crema de zanahoria 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún  
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado    	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria 	Boquerón a la plancha Zanahorias salteadas    	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate  	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) 	Crema de calabaza 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro  	Arroz blanco con salsa de tomate 	Macarrones con tomate (*) 
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz  	Contramuslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Boquerón a la plancha con zanahoria salteada    	Merluza al horno con champiñón salteado    	Cinta de lomo de cerdo al horno con patatas y lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca	Copa de chocolate 
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.

## COLEGIO SAN JOSE

### Dic24 Colegio San José DIABETICO SIN SALMÓN



LUNES 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerón a la plancha Zanahorias salteadas	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Macarrones con tomate
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz	Boquerón a la plancha con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo al horno con patatas y lechuga
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



# COLEGIO SAN JOSE

## Dic24 Colegio San José SIN FRUTOS SECOS NI ROSÁCEAS



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	
Pan	Pan	Pan	Pan	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerones fritos Zanahorias salteadas	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Espirales con salsa de tomate casera
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Boquerones fritos con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Croquetas de jamón con patatas y lechuga
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Copa de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata) 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento) 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	
Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Bacalao al horno Zanahoria salteada 	Paella de pollo 	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado 	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla 	Macarrones con tomate (*) 	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) 	Crema de zanahoria 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado 	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria 	Boquerón a la plancha Zanahorias salteadas 	Tilapia al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) 	Crema de calabaza 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Arroz blanco con salsa de tomate 	Macarrones con tomate (*) 
Bacaladilla a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz 	Boquerón a la plancha con zanahoria salteada 	Merluza al horno con champiñón salteado 	Cinta de lomo de cerdo al horno con patatas y lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca	Copa de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerones fritos Zanahorias salteadas	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Macarrones con tomate
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz	Boquerones fritos con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo al horno con patatas y lechuga
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Garbanzos al estilo casero	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Alubias blancas con verduras	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerones fritos Zanahorias salteadas	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Espirales con salsa de tomate casera
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Boquerones fritos con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Croquetas de jamón con patatas y lechuga
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta fresca	Copa de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



## COLEGIO SAN JOSE

### Dic24 Colegio San José SIN MELOCOTÓN



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerones fritos Zanahorias salteadas	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Espirales con salsa de tomate casera
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Boquerones fritos con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Croquetas de jamón con patatas y lechuga
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Copa de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.



# COLEGIO SAN JOSE

## Dic24 Colegio San José SIN MELÓN NI SANDÍA



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Potaje de alubias con verduras (zanahoria, cebolla, tomate y patata)	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Bacalao al horno Zanahoria salteada	Paella de pollo	Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado y champiñón salteado	
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	
Pan	Pan	Pan	Pan integral	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas con zanahoria y cebolla	Cazuela de fideos	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún
Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado	Cinta de lomo de cerdo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria	Boquerones fritos Zanahorias salteadas	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)	Crema de calabaza	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Arroz blanco con salsa de tomate	Espirales con salsa de tomate casera
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Contramuslo de pollo asado en su ugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Boquerones fritos con zanahoria salteada	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	Croquetas de jamón con patatas y lechuga
Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Fruta fresca apta	Copa de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan integral
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

En todos los menús se incluye agua y pan.

