



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

ENERO 2021 | COLEGIO LOS TILOS – SIN LACTOSA

11	12	13	14	15
Macarrones con atún	Lentejas con verduras y chorizo	Judías verdes con jamón	Paella (verduras y calamares)	Sopa de cocido
Filete de pavo a la plancha con ensalada	Tortilla de jamón con lechuga y zanahoria	Filete de pollo al horno con patatas fritas	Filete de perca en salsa con guisantes y zanahoria	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta
Natillas de soja con galleta	Fruta de temporada	Melocotón en almíbar	Fruta de temporada	Yogur de soja
18	19	20	21	22
Espaguetis con tomate	Puré de verduras (patata, zanahoria, judías verdes)	Arroz blanco con salsa de tomate	Sopa de picadillo	Patatas guisadas con verduras y atún
Merluza al horno con ensalada	Hamburguesa con patatas rostie	Salchichas frescas con lechuga y zanahoria	Daditos de atún con pisto y arroz	Escalopines de lomo con patatas
Yogur de soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja	Fruta de temporada
25	26	27	28	29
Fideuá (calamares y verduras)	Crema de calabacín	Judías blancas con chorizo	Coditos salteados con verduras y pollo	Sopa de cocido
Filete de merluza a la romana con ensalada	Albóndigas a la jardinera con patatas dado	Tortilla francesa con lechuga y tomate	Cinta de Sajonia con ensalada	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta
Fruta de temporada	Natillas de soja con galleta	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja