



MENÚ ENERO 2026

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNE
5	6	7	8	9
			<i>Estofado de alubias Rosada con verduras Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Crema de calabacin con queso Pollo al horno Ensalada Yogur de frutas</i>
		E-685K P-14g L-32g H-54g G.sat 3,4g Sal 0,2g Azu 1,5g	E-689,5K P-15g L-35g H-50g G.sat 0,4g Sal 0,1g Azu 0,6g	E-675,1K P-15g L-34g H-51g G.sat 4,5g Sal 0,5g Azu 0,2g
12	13	14	15	16
<i>Trigo con garbanzos Albóndigas de pollo Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Arroz con hortalizas Merluza al horno Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Lentejas con jamón Tortilla de patatas Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Pasta con salsa de tomate Mero al horno Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Potaje de bacalao Pollo al horno Ensalada Yogur de frutas</i>
E-689,5K P-14g L-34g H-52g G.sat 2g Sal 1g Azu 3g	E-689,5K P-15g L-35g H-50g G.sat 0,4g Sal 0,1g Azu 0,6g	E-682,6K P-13g L-35g H-52g G.sat 0,5g Sal 0,3g Azu 2g	E-682,6K P-13g L-35g H-52g G.sat 0,3g Sal 0,5g Azu 2,8g	E-689,5K P-14g L-34g H-52g G.sat 3,5g Sal 1,1g Azu 0,4g
19	20	21	22	23
<i>Cocido de garbanzos Salmón al horno Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Pasta con salsa de tomate Pollo con champiñones Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Estofado de alubias Merluza al horno Ensalada y Fruta del tiempo</i>	<i>Arroz con salsa de tomate Salchichas frescas de pollo Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Sopa de pollo Tortilla de patatas Ensalada Yogur de frutas</i>
E-685K P-14g L-32g H-54 G.sat 3,4g Sal 0,2g Azu 1,5g	E-682,6K P-13g L-35g H-52g G.sat 0,3g Sal 0,5g Azu 2,8g	E-689,5K P-14g L-34g H-52g G.sat 3,2g Sal 0,5g Azu 1,8g	E-689,5K P-15g L-35g H-50g G.sat 0,4g Sal 0,1g Azu 0,6g	E-694K P-13g L-35g H-52g G.sat 4g Sal 0,6g Azu 0,2g
26	27	28	29	30
<i>Lentejas con Hortalizas Carne con tomate Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Arroz con salsa de hortalizas Mero al horno Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Cazuela de pescado Albóndigas de pollo Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Pasta con salsa de tomate Merluza con verduras Ensalada Fruta del tiempo</i>	<i>Estofado de alubias Tortilla calabacin Ensalada Yogur de frutas</i>
E-682,6K P-13g L-35g H-52g G.sat 0,5g Sal 0,3g Azu 2g	E-689,5K P-15g L-35g H-50g G.sat 0,4g Sal 0,1g Azu 0,6g	E-689,5K P-14g L-34g H-52g G.sat 2g Sal 1g Azu 2g	E-689,5K P-14g L-34g H-52g G.sat 4g Sal 0,1g Azu 0,8g	E-682,6K P-13g L-35g H-52g G.sat 0,3g Sal 0,5g Azu 2,8g

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN. NUESTRA EMPRESA DISPONE DE CARTA DE ALERGENOS (REGLAMENTO CE 1169/2011) PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON SU CENTRO O POR CORREO ELECTRÓNICO cateringmarazul@gmail.com
 LOS MENÚS PUEDEN SUFRIR CAMBIOS POR ROTURA DE STOCK, SUSTITUYENDO EL PLATO POR OTRO SIMILAR.
 NUESTRAS ENSALADAS TENDRÁN COMO INGREDIENTES LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA RALLADA, ESPARRAGOS, ACEITUNAS ROTANDO ENTRE ELLOS PARA INTENTAR CAPTAR EL INTERÉS DE LOS PEQUES
 NUESTRA FRUTA DEL TIEMPO: PLATANO O BANANA, MANZANAS VERDES O ROJAS, PERAS, MANDARINAS