

## Menú Sin gluten

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad  05  Vacaciones de navidad  12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	30  Vacaciones de navidad  06  Vacaciones de navidad  13 Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Magro de cerdo estofado (pimiento,cebolla,tomate,ajo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	31  Vacaciones de navidad  07  Vacaciones de navidad  14 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	01  Vacaciones de navidad  08 Espirales sin gluten napolitana(espirales sin gluten, tomate natural trit, tomat, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural - Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	02  Vacaciones de navidad  09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan sin gluten
19  Coditos sin gluten napolitana(coditos sin gluten, tomate natural trit, tomat, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	20  Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	21  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	22  Garbanzos con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	23  Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan sin gluten
26  Espirales sin gluten aglio-olio(espirales sin gluten, aceite, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	27  Alubias con calabaza ( tomate nat trit, zanahoria, calabaza) Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	28  Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	29  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	30  Sopa de cocido con fideos sin gluten(fideos sin gluten, cebolla, cerdo , Garbanzos con patata, col, pollo y ternera - Natillas/fruta fresca de temporada y pan sin gluten

## Menú Sin alubias

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) -	09 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Guisantes con zanahoria (zanahoria, aceite) Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) -	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Natillas/fruta fresca de temporada y pan

# Menú Sin plátano, melón, aguacate, sandía, melocotón

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	30  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	31  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	01  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	02  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>
05  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	06  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	07  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural)  -	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja  Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate,
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata)  Salmón al horno(aceite)  Zanahoria baby salteada  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo)  Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Tortilla de patata y cebolla  Ensalada lechuga, remolacha y pollo  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo)  Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite)  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)  -
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite)  Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite)  Lechuga, maíz y remolacha  Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate,
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes)  -	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite)  Patatas dada(aceite)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla)  Ensalada de lechuga, manzana y naranja  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)  -
Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	Fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate, sandía,	Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no plátano, melón, aguacate,

## Menú Sin cerdo

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) - Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones con salsa de tomate casera ( tomate natural trit, cebolla, zanahoria) Filete de ternera a la plancha(aceite) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos con patata, col, pollo y ternera - Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos sin huevo napolitana(coditos sin huevo, tomate natural trit, tomat, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Pechuga de pavo al horno/plancha(aceite) Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos con patata, col, pollo y ternera - Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin huevo, frutos secos

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	30  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	31  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	01  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	02  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>
05  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	06  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	07  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	08  Espirales sin huevo napolitana(espirales sin huevo, tomate natural trit, tomat, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural  -  Fruta fresca de temporada y pan	09  Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja  Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12  Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite)  Zanahoria baby salteada  Fruta fresca de temporada y pan	13  Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	14  Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Abadejo al horno (aceite)  Ensalada lechuga, remolacha y pollo  Fruta fresca de temporada y pan	15  Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	16  Sopa de cocido con fideos sin huevo( fideos sin huevo, cebolla, cerdo , puerro, Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo  -  Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19  Coditos sin huevo napolitana(coditos sin huevo, tomate natural trit, tomat, cebolla, Abadejo al horno (aceite)  Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  Fruta fresca de temporada y pan	20  Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Merluza a la andaluza(harina de trigo)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	21  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco  Fruta fresca de temporada y pan	22  Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju  Patatas cocidas  Fruta fresca de temporada y pan	23  Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite)  Lechuga, maíz y remolacha  Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26  Espirales sin huevo aglio-olio(espirales, aceite, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes)  -  Fruta fresca de temporada y pan	27  Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Abadejo al horno (aceite)  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	28  Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite)  Patatas dada(aceite)  Fruta fresca de temporada y pan	29  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla)  Ensalada de lechuga, manzana y naranja  Fruta fresca de temporada y pan	30  Sopa de cocido con fideos sin huevo( fideos sin huevo, cebolla, cerdo , puerro, Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo  -  Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin huevo, frutos secos, plátano

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad	30  Vacaciones de navidad	31  Vacaciones de navidad	01  Vacaciones de navidad	02  Vacaciones de navidad
05  Vacaciones de navidad	06  Vacaciones de navidad	07  Vacaciones de navidad	08 Espirales sin huevo napolitana(espirales sin huevo, tomate natural trit, tomate, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural - Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Filete de merluza a la plancha (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	13 Macarrones sin huevo con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Abadejo al horno (aceite) Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	16 Sopa de cocido con fideos sin huevo( fideos sin huevo, cebolla, cerdo , puerro, Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
19 Coditos sin huevo napolitana(coditos sin huevo, tomate natural trit, tomate, cebolla, Abadejo al horno (aceite) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	20 Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
26 Espirales sin huevo aglio-olio(espirales, aceite, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Abadejo al horno (aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	30 Sopa de cocido con fideos sin huevo( fideos sin huevo, cebolla, cerdo , puerro, Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan

# Menú Sin melón, melocotón y afines, aguacate, ciruela, vegetales lavados y pelados

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad	30  Vacaciones de navidad	31  Vacaciones de navidad	01  Vacaciones de navidad	02  Vacaciones de navidad
05  Vacaciones de navidad	06  Vacaciones de navidad	07  Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) - Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines,
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	28 Crema de verduras y hortalizas (aceglas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dado(aceite) Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela,fruta)	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no melón, melocotón y afines,

## Menú Sin pescado

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) - Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Pechuga de pollo a la plancha(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones con salsa de tomate casera ( tomate natural trit, cebolla, zanahoria) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Pechuga de pavo al horno/plancha(aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Pechuga de pavo al horno/plancha(aceite) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Cinta de lomo fresca a la plancha (aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Pechuga de pavo al horno/plancha(aceite) Guisantes salteados(ajo, aceite) Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Filete de ternera a la plancha(aceite) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin legumbres

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales sin soja napolitana(espirales sin soja, tomate natural trit, tomat, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural - Fruta fresca de temporada y pan)	09 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones sin soja con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Brócoli salteado con zanahoria(zanahoria,ajo,aceite) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de ave con fideos sin soja(fideos sin soja, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera en caldo corto con patata y zanahoria - Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos sin soja napolitana(coditos sin soja, tomate natural trit, tomat, cebolla, Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Verduras asadas(berenjena, calabacín,pimiento,cebolla,patata) Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Brócoli salteado con zanahoria Lomo de cerdo fresco salteado con zanahoria Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espaguetis sin soja con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	27 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dado(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de ave con fideos sin soja(fideos sin soja, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera en caldo corto con patata y zanahoria - Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin PLV (no ternera)

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	30  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	31  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	01  Vacaciones de navidad  -  Fruta fresca de temporada y pan	02  Vacaciones de navidad  -  Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
05  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	06  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	07  Vacaciones de navidad  Vacaciones de navidad	08  Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural  -  Fruta fresca de temporada y pan	09  -  Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...)  Garbanzos con patata y pollo  -  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
12  Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata)  Salmón al horno(aceite)  Zanahoria baby salteada  Fruta fresca de temporada y pan	13  Macarrones con salsa de tomate casera ( tomate natural trit, cebolla, zanahoria)  Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	14  Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Tortilla de patata y cebolla  Ensalada lechuga, remolacha y pollo  Fruta fresca de temporada y pan	15  Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo)  Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite)  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	16  Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...)  Garbanzos con patata y pollo  -  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
19  Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  Fruta fresca de temporada y pan	20  Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Merluza a la andaluza(harina de trigo)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	21  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit)  Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite)  Ensalada de lechuga y tomate fresco  Fruta fresca de temporada y pan	22  Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju  Patatas cocidas  Fruta fresca de temporada y pan	23  Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite)  Lechuga, maíz y remolacha  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
26  Espirales aglio-olio(espirales, aceite, pimentón)  Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes)  -  Fruta fresca de temporada y pan	27  Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	28  Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite)  Patatas dada(aceite)  Fruta fresca de temporada y pan	29  Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit)  Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla)  Ensalada de lechuga, manzana y naranja  Fruta fresca de temporada y pan	30  Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, pollo , puerro, zanahoria...)  Garbanzos con patata y pollo  -  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) -Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) -Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (aceglas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin PLV (sí ternera)

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	30  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	31  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	01  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	02  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>
05  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	06  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	07  Vacaciones de navidad   <small>Navidad</small>	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural)  - Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata)  Salmón al horno(aceite)  Zanahoria baby salteada  Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones con salsa de tomate casera ( tomate natural trit, cebolla, zanahoria) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Tortilla de patata y cebolla  Ensalada lechuga, remolacha y pollo  Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo)  Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite)  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)  Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  -  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  Fruta fresca de temporada y pan	20 Guiso de alubias pintas con verduras( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Merluza a la andaluza(harina de trigo)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite)  Ensalada de lechuga y tomate fresco  Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju  Patatas cocidas  Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite)  Lechuga, maíz y remolacha  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales aglio-olio(espirales, aceite, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes)  -  Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite)  Patatas dada(aceite)  Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla)  Ensalada de lechuga, manzana y naranja  Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)  Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  -  Yogur de soja/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin plátano

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad    	30  Vacaciones de navidad    	31  Vacaciones de navidad    	01  Vacaciones de navidad    	02  Vacaciones de navidad    
05  Vacaciones de navidad    	06  Vacaciones de navidad    	07  Vacaciones de navidad    	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)  Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja  Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata)  Salmón al horno(aceite)  Zanahoria baby salteada  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo)  Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Tortilla de patata y cebolla  Ensalada lechuga, remolacha y pollo  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo)  Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite)  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)  -  Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa  Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo)  Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite)  Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria)  Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju  Patatas cocidas  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite)  Lechuga, maíz y remolacha  Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes)  -  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla  Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite)  Patatas dado(aceite)  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla)  Ensalada de lechuga, manzana y naranja  Fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)  -  Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no plátano) y pan

## Menú Sin cacahuete

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) -Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) -Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -Natillas/fruta fresca de temporada y pan

# Menú Sin frutos secos, frutos tropicales, LTP

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29  Vacaciones de navidad	30  Vacaciones de navidad	31  Vacaciones de navidad	01  Vacaciones de navidad	02  Vacaciones de navidad
05  Vacaciones de navidad	06  Vacaciones de navidad	07  Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) - Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur natural/fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta pelada) y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada permitida(no frutas tropicales,fruta

## Menú Sin frutos secos

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales napolitana(espirales, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) - Fruta fresca de temporada y pan	09 Guiso de alubias blancas con verduras ( pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones boloñesa (cerdo preparado,cebolla,tomate,pim,ajo) Magro de cerdo al estilo riojano (harina de trigo, pimiento,cebolla,tomate) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con salsa de tomate casera(tomate,cebolla,ajo) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada y pan
19 Coditos napolitana(coditos, tomate natural triturado, tomate maduro, cebolla, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras( tomate natural triturado, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales gratinados con queso(espirales, tomate natural triturado, cebolla, queso Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) - Fruta fresca de temporada y pan	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano(aceite, orégano, vinagre) Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (acegas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria, tomate natural trit) Dorado en salsa napolitana ( caballa,tomate nat,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) - Natillas/fruta fresca de temporada y pan

## Menú Sin tomate natural (todas las elaboraciones se realizarán sin tomate)

Nuestra Señora del Prado

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 Vacaciones de navidad	30 Vacaciones de navidad	31 Vacaciones de navidad	01 Vacaciones de navidad	02 Vacaciones de navidad
05 Vacaciones de navidad	06 Vacaciones de navidad	07 Vacaciones de navidad	08 Espirales aglio-olio(espirales, aceite, pimentón) Estofado de pollo con calabacín salteado (tacos de pollo, cebolla, tomate natural) -	09 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Yogur/fruta fresca de temporada y pan
12 Crema de calabaza(puerro,calabaza,cebolla,patata) Salmón al horno(aceite) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	13 Macarrones con verduras Magro al ajillo(aceite, ajo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	14 Guiso de lentejas con verduras(cebolla,patata, zanahoria) Tortilla de patata y cebolla Ensalada lechuga, remolacha y pollo Fruta fresca de temporada y pan	15 Arroz con zanahoria y calabacín(arroz, calabacín, cebolla, zanahoria) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	16 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -
19 Coditos salteados con verduras(calabacín,pimiento) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	20 Alubias pintas guisadas con chorizo(patata,chorizo,tomate nat, Merluza a la andaluza(harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca de temporada y pan	21 Arroz con verduras sin tomate(arroz, calabacín, cebolla, zanahoria) Contramuslo de pollo asado en su jugo(aceite) Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Fruta fresca de temporada y pan	22 Guiso de lentejas con verduras(cebolla,patata, zanahoria) Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas Fruta fresca de temporada y pan	23 Crema de calabacín con picatostes(calabacín, patata, pan molde, Palometa encebollada( cebolla, aceite) Lechuga, maíz y remolacha Yogur/fruta fresca de temporada y pan
26 Espirales aglio-olio(espirales, aceite, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil,guisantes) -	27 Guiso de lentejas con calabaza(lentejas, zanahoria, calabaza) Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	28 Crema de verduras y hortalizas (aceglas,jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla, Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas dada(aceite) Fruta fresca de temporada y pan	29 Arroz con verduras sin tomate(arroz, calabacín, cebolla, zanahoria) Dorado horneado con ajo y perejil(ajo, aceite) Ensalada de lechuga, manzana y naranja Fruta fresca de temporada y pan	30 Sopa de cocido con estrellas(estrellas, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) -
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Natillas/fruta fresca de temporada y pan