

MES: Enero 2026

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

NAVIDAD

2

NAVIDAD

VE: 0/0
GT: 0
GS: 0
HC: 0
AZ: 0
PROT: 0
SAL: 0

5

NAVIDAD

6

NAVIDAD

7

NAVIDAD

8

Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón)
Fingers de pollo con ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur y pan integral

9

Espaguetis con salsa de tomate
Abadejo al ajoarriero (perejil, ajo, zumo limón, pimentón dulce) con ensalada de lechuga y brotes de soja
Fruta de temporada y pan

VE: 3492/835
GT: 16
GS: 4
HC: 113
AZ: 15
PROT: 41
SAL: 2

12

Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata)
Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada y pan

18

Macarrones (integrales) a la napolitana (tomate frito, cebolla, zanahoria)
Jamoncito pollo al limón (ajo, cebolla, zumo limón, especias variadas) con judías verdes salteadas
Yogur y pan integral

14

Alubias estofadas con chorizo (patata, pimiento, cebolla, zanahoria, ajo, colorante, chorizo)
Lomo en salsa (lomo cerdo, ajo, cebolla) con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada y pan

15

Sopa de ave (puerro, zanahoria, fideos, patata, canilla, espinazo, gallina)
Albóndigas en salsa (ajo, cebolla, tomate y zanahoria) con menestra de verduras salteadas
Yogur y pan integral

16

Paella de verduras (pimiento, tomate, guisantes, judías verdes, cebolla, zanahoria)
Merluza en salsa verde (perejil, ajo, zumo limón) con calabacín salteado
Fruta de temporada y pan

VE: 3140/751
GT: 29
GS: 7
HC: 90
AZ: 22
PROT: 33
SAL: 3

19

Sopa de fideos (patata, puerro, zanahoria, canilla, espinazo, gallina)
Pollo asado al jugo (cebolla, ajo, especias variadas) con verduritas
Fruta de temporada y pan

20

Patatas estofadas con verduras (cebolla, pimiento, ajo, zanahoria, tomate, colorante alimentario)
Fingers de pollo con ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan integral

21

Garbanzos estofados (calabaza, patata, judía verde, cebolla, pimentón)
Ventresca de merluza al ajoarriero (perejil, ajo, zumo limón, pimentón dulce) con zanahorias salteadas
Fruta de temporada y pan

22

Crema de verduras (patata, calabaza, calabacín, puerro, zanahoria)
Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Yogur y pan integral

23

Arroz con salsa de tomate
Hamburguesa al horno con judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan

VE: 3001/718
GT: 24
GS: 5
HC: 90
AZ: 19
PROT: 31
SAL: 2

26

Coditos con salsa de tomate
Merluza en salsa verde (perejil, ajo, zumo limón) con guisantes salteados
Fruta de temporada y pan

27

Crema de calabacín (cebolla, calabacín, patata)
Salchichas de pavo con patatas fritas
Yogur y pan integral

28

Alubias estofadas con chorizo (patata, pimiento, cebolla, zanahoria, ajo, colorante, chorizo)
Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada y pan

29

Sopa de fideos (patata, puerro, zanahoria, canilla, espinazo, gallina)
Lomo en salsa (lomo cerdo, ajo, cebolla) con zanahorias salteadas
Yogur y pan integral

30

Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate)
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada y pan

VE: 3122/747
GT: 30
GS: 7
HC: 89
AZ: 18
PROT: 30
SAL: 2