



MARISCO-GARENA

ENERO DE 2026

1º Plato

JUEVES 8 Puré de zanahorias
VIERNES 9 Lentejas ecológicas con verduras

LUNES 12 Coliflor rebozada
MARTES 13 Espaguetis boloñesa
MIÉRCOLES 14 Sopa de cocido
JUEVES 15 Guisantes rehogados con jamón
VIERNES 16 Crema de puerros

LUNES 19 Lentejas ecológicas estofadas
MARTES 20 Patatas guisadas con verdura
MIÉRCOLES 21 Puré de calabaza
JUEVES 22 Arroz tres delicias con pavo
VIERNES 23 Judías pintas ecológicas con verduras

LUNES 26 Macarrones con tomate
MARTES 27 Sopa de cocido
MIÉRCOLES 28 Crema de verduras frescas
JUEVES 29 Judías verdes rehogadas con ajitos
VIERNES 30 Arroz con tomate

2º Plato

Albóndigas de ternera en salsa con patatas
Merluza en salsa meniere

Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
Bacalao al horno
Cocido completo
Tortilla francesa
Pollo asado con patatas a cuadrito

Chuleta de sajonia plancha
Rosada en salsa verde
Albóndigas de ternera en salsa con patatas
Salmón al horno con verduras
Tortilla de patata

Tortita de kale y quinoa
Cocido completo
Lasaña de carne
Tortilla francesa
Merluza al horno

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes

