

ENERO 2020

VEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>7</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>MACARRONES ECO italiana</b></p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p><b>Varitas de verduras</b></p> <p>Fruta en conserva</p>	<p><b>8</b> Lechuga, tomate y zanahoria (sin huevo ni queso fresco)</p> <p><b>Ensalada completa con piña</b></p> <p><b>Paella de verduras</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>9</b> Lechuga, tomate, maíz, olivas</p> <p><b>Crema de zanahoria</b></p> <p><b>Pimiento relleno</b></p> <p>(con arroz y hortalizas)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>10</b> Lechuga, tomate, lombarda</p> <p><b>Lentejas con verduras</b></p> <p><b>Patatas panaderas</b></p> <p>(con pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta</p>
<p><b>13</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Tornillos con tomate y CALABACÍN ECO</b></p> <p><b>Orly de verduras</b></p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>14</b> Lechuga, tomate, maíz, zanahoria</p> <p><b>Alubias de la huerta</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Tumbet mallorquín</b></p> <p>(patatas al horno con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>15</b> Lechuga, hoja de roble, tomate, zanahoria</p> <p><b>Sopa juliana con fideos</b></p> <p>(sopa de verduras)</p> <p><b>Berenjena rellena con guarnición de ZANAHORIA ECO</b></p> <p>(con arroz y hortalizas)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>16</b> Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p><b>Arroz meloso con verduras</b></p> <p><b>Champiñón rehogado</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>17</b> Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p><b>Crema de guisantes y manzana</b></p> <p><b>Pisto de verduras con guarnición de arroz</b></p> <p>(con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p>
<p><b>20</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Lentejas con arroz</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Rollito de primavera</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>21</b> Lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas (sin atún ni huevo duro)</p> <p><b>Ensalada completa</b></p> <p><b>Macarrones salteados con hortalizas</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>22</b> Lechuga, tomate, lombarda</p> <p><b>Crema mediterránea</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Menestra de verdura rehogada con guarnición de cuscús</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>23</b> Lechuga, tomate, lombarda, MAÍZ ECO</p> <p><b>Garbanzos a la jardinera</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Patatas al ajillo</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>24</b> Lechuga, tomate, zanahoria, olivas con vinagreta de fresa</p> <p><b>Arroz con coliflor y ajetes</b></p> <p><b>JUDÍAS VERDES ECO salteadas</b></p> <p>Fruta</p>
<p><b>27</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Sopa minestrone con letras</b></p> <p>(sopa de verduras)</p> <p><b>Hamburguesa de falafel en salsa de CEBOLLA ECO</b></p> <p>(de garbanzos, hortalizas y especias; al horno)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>28</b> Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda</p> <p><b>Arroz a la cubana</b></p> <p>(con tomate)</p> <p><b>Tempura de verduras</b></p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>29</b> Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p><b>Crema de garbanzos</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Pizza vegetal</b></p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>30</b> Lechuga, tomate, maíz</p> <p><b>Noodles al estilo wok</b></p> <p>(salteados con hortalizas y salsa de soja)</p> <p><b>Guisantes rehogados</b></p> <p>Alpro de chocolate</p>	<p><b>31</b> Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p><b>Fabada vegetal con CALABAZA ECO</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Patatas panaderas</b></p> <p>(con pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta</p>

Consulte los festivos con el calendario escolar de su centro correspondiente

