COLEGIO INTERNACIONAL LOPE DE VEGA

Enero 2026

CBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / COMIDA INFANTIL Y PRIMER CICLO DE PRIMARIA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 834 H.C. 83 Lip. 51 P. 38 SOPA DE PICADILLO CON GARBANZOS (pollo, jamón) TORTILLA FRANCESA • BERENJENA ASADA ENSALADA CON LECHUGA, COL LOMBARDA Y ZANAHORIA FRUTA O LÁCTEO	**8** KCal. 689 H.C. 79 Lip. 33 P. 19 GUISADO DE MAGRO EMPANADILLAS HORNEADAS • TOMATE ASADO ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO	**9** KCal. 781 H.C. 72 Lip. 38 P. 41 FIDEUÁ DE MARISCO JAMONCITOS DE POLLO AL ROMERO • VERDURAS ASADAS ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA NATILLAS CASERAS (BAJO EN AZUCAR)
12 KCal. 797 H.C. 104 Lip. 30 P. 33 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS • GUISANTES ECOLÓGICOS ENSALADA CON MANZANA FRUTA O LÁCTEO	**13** KCal. 901 H.C. 119 Lip. 37 P. 27 PAELLA VALENCIANA ALBÓNDIGAS DE BACALAO • SALTEADO DE RODAJAS DE ZANAHORIA ENSALADA CON QUESO FRESCO FRUTA O LÁCTEO	**14** KCal. 833 H.C. 83 Lip. 41 P. 38 ALUBIAS CON CHORIZO ALITAS DE POLLO AL HORNO • PIMIENTO ITALIANO ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA O LÁCTEO	**15** KCal. 785 H.C. 97 Lip. 33 P. 29 ESPAGUETIS CON PISTO DE HORTALIZAS HAMBURGUESA DE POLLO Y CERDO • BRÓCOLI ENSALADA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO	**16** KCal. 1095 H.C. 122 Lip. 50 P. 41 CREMA DE VERDURAS LOMO EN SALSA • CALABAZA SALTEADA ENSALADA TROPICAL (Lechuga, maíz y piña) PAN DE CALATRAVA BAJO EN AZÚCAR
19 KCal. 798 H.C. 102 Lip. 30 P. 35 ARROZ A BANDA CON CALDO DE LONJA FILETE DE MERLUZA ASADA • TOMATE ASADO ENSALADA CON LECHUGA, COL LOMBARDA Y ZANAHORIA FRUTA O LÁCTEO	**20** KCal. 1022 H.C. 142 Lip. 34 P. 41 ESTOFADO DE GARBANZOS PIZZA CASERA BARBACOA VEGETAL (soja texturizada) • BERENJENA ASADA ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA FRUTA O LÁCTEO	**21** KCal. 936 H.C. 88 Lip. 55 P. 27 ESPIRALES CARBONARA TORTILLA CON QUESO • ZANAHORIA BABY ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA O LÁCTEO	**22** KCal. 585 H.C. 66 Lip. 25 P. 28 HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria) FILETE DE ABADEJO ENHARINADO CASERO • PISTO DE HORTALIZAS ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO	**23** KCal. 772 H.C. 68 Lip. 41 P. 33 CREMA DE LEGUMBRES CON VERDURA ECOLÓGICA POLLO AL HORNO • CALABACÍN ASADO ENSALADA CON LECHUGA, PIMIENTO Y MAÍZ BIZCOCHO NARANJA CASERO BAJO EN AZUCAR
26 KCal. 980 H.C. 110 Lip. 51 P. 24 PUMPKIN SOUP SAUSAGE SIZZLE • PATATAS FRITAS ENSALADA COLESLAW FRUTA O LÁCTEO	**27** KCal. 767 H.C. 92 Lip. 34 P. 28 SOPA DE COCIDO / COCIDO COMPLETO ENSALADA MEZCLUM (Lechugas variadas, tomate y zanahoria) FRUTA O LÁCTEO	**28** KCal. 800 H.C. 83 Lip. 37 P. 38 LENTEJAS CON CHORIZO VENTRESCA DE MERLUZA A LA ANDALUZA CASERA • CHAMPIÑONES ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA O LÁCTEO	**29** KCal. 802 H.C. 112 Lip. 29 P. 30 ARROZ AL HORNO (Morcilla, garbanzo, magro y panceta) LOMO ADOBADO • PISTO DE HORTALIZAS ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, pepino, tomate, aceitunas) FRUTA O LÁCTEO	**30** KCal. 1198 H.C. 93 Lip. 85 P. 21 CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICAS TORTILLA DE PATATAS • CALABACÍN ASADO ENSALADA DE TEMPORADA BROWNIE DE CHOCOLATE BAJO EN AZUCAR

El menú se acompaña de SURTIDO DE PANES. LAS DIETAS ESPECÍFICAS DERIVADAS DEL MENÚ BASAL SON SUPERVISADAS POR LA NUTRICIONISTA DE AUSOLAN RCN, SEGÚN LA LEY 17/2011, DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN.

07/01/2026 08.35.05