



Menú Basal

Escuela infantil Los Olivos
Enero 2026

LUNES MONDAY	MARTES TUESDAY	MIÉRCOLES WEDNESDAY	JUEVES THURSDAY	VIERNES FRIDAY
29	30	31	01	02
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
05	06	07	08	09
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Macarrones en salsa de tomate casera <i>Macaroni in home-made tomato sauce</i> Filete de pollo a la plancha <i>Broiled chicken fillet</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Potaje de alubias blancas con verduras <i>White bean stew with zucchini, green beans, carrot and</i> Tortilla de patata y cebolla <i>Potato and onion omelette</i>
			Kcal: 563,272 prot (g): 27,292 lip (g): 18,857 hc (g): 67,356	Kcal: 550,752 prot (g): 18,74 lip (g): 15,877 hc (g): 73,592
12	13	14	15	16
Arroz con salsa de tomate casera <i>Rice in home-made tomato sauce</i> Tortilla francesa <i>French omelette</i>	Crema de calabaza y zanahoria <i>Cream of pumpkin and carrot soup</i> Albóndigas con tomate <i>Meatballs with tomato sauce</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Stew broth with organic noodles</i> Cocido completo <i>Castilian chickpeas stew</i>	Espirales con tomate <i>Spirals in tomato sauce</i> Merluza en salsa de zanahorias <i>Hake in carrot sauce</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Lentejas con verduras <i>Lentils with vegetables</i> Caldereta de pollo <i>Chicken casserole</i>
Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Potatoes in "Cabañil" garlic sauce Yogur natural y pan <i>Natural yogurt and Bread</i>
Kcal: 481,087 prot (g): 18,176 lip (g): 12,174 hc (g): 77,374	Kcal: 573,479 prot (g): 16,837 lip (g): 27,693 hc (g): 59,411	Kcal: 577,177 prot (g): 25,346 lip (g): 15,048 hc (g): 78,943	Kcal: 419,259 prot (g): 19,885 lip (g): 11,756 hc (g): 53,841	Kcal: 661,558 prot (g): 37,617 lip (g): 25,063 hc (g): 67,051
19	20	21	22	23
Arroz caldoso con verduras <i>Soggy rice with vegetables</i> Tortilla de patata y cebolla <i>Potato and onion omelette</i>	Brócoli salteado con zanahoria <i>Sauté broccoli with carrot</i> Guiso de magro en salsa de manzana <i>Lean pork stew in apple sauce</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Alubias pintas con calabaza <i>Pinto beans with pumpkin</i> Bacalao al horno <i>Baked cod</i>	Sopa casera de estrellitas <i>Stars home-made soup</i> Pollo asado en su jugo <i>Roast chicken in its juice</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Espaguetis salteados con pavo <i>Sauté spaghetti with turkey</i> Merluza al horno con salsa de limón <i>Baked hake with lemon sauce</i>
Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Yogur natural y pan <i>Natural yogurt and Bread</i>
Kcal: 593,574 prot (g): 14,694 lip (g): 15,766 hc (g): 93,251	Kcal: 473,861 prot (g): 27,643 lip (g): 20,004 hc (g): 40,19	Kcal: 406,199 prot (g): 23,533 lip (g): 8,033 hc (g): 53,086	Kcal: 486,211 prot (g): 28,468 lip (g): 17,413 hc (g): 50,442	Kcal: 499,132 prot (g): 31,499 lip (g): 11,751 hc (g): 65,367
26	27	28	29	30
Arroz caldoso con pollo <i>Soggy rice with chicken</i> Tortilla francesa <i>French omelette</i>	Crema de calabacín y puerro <i>Cream of zucchini and leek soup</i> Hamburguesa con salsa de cebolla <i>Burger with onion sauce</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Sopa de cocido con fideos ecológicos <i>Stew broth with organic noodles</i> Cocido completo <i>Castilian chickpeas stew</i>	Coditos en salsa de tomate casera <i>"Coditos pasta" in home-made tomato sauce</i> Filete de merluza a la plancha <i>Broiled hake fillet</i> Ensalada de lechuga y tomate <i>Lettuce and tomato salad</i> Fruta fresca y pan integral <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Lentejas ecológicas con verduras <i>Organic lentils with vegetables</i> Filete de pollo en salsa <i>Chicken fillet in sauce</i> Patatas dado al ajillo <i>Diced potatoes in garlic sauce</i> Yogur natural y pan <i>Natural yogurt and Bread</i>
Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Bread</i>	Fruta fresca y pan <i>Fresh fruit and Wholemeal bread</i>	Yogur natural y pan <i>Natural yogurt and Bread</i>
Kcal: 515,938 prot (g): 22,255 lip (g): 14,201 hc (g): 77,398	Kcal: 577,176 prot (g): 20,139 lip (g): 31,363 hc (g): 49,143	Kcal: 577,177 prot (g): 25,346 lip (g): 15,048 hc (g): 78,943	Kcal: 474,129 prot (g): 21,572 lip (g): 11,443 hc (g): 67,356	Kcal: 657,645 prot (g): 37,436 lip (g): 25,073 hc (g): 66,395





Menú Sin huevo

Escuela infantil Los Olivos

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
05	06	07	08	09
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	Macarrones (sin trazas de huevo) en salsa de tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin gluten	Potaje de alubias blancas con verduras Cinta de lomo a la plancha Fruta fresca y pan sin gluten
12	13	14	15	16
Arroz con salsa de tomate casera Lomo de sajonia a la plancha Fruta fresca y pan	Crema de calabaza y zanahoria Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de cocido con fideos sin trazas de huevo Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Fruta fresca y pan	Espirales sin trazas de huevo con salsa de tomate Merluza en salsa de zanahorias Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Lentejas con verduras Caldereta de pollo Yogur natural y pan
19	20	21	22	23
Arroz caldoso con verduras Cinta de lomo a la plancha Fruta fresca y pan	Brócoli salteado con zanahoria Guiso de magro en salsa de manzana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Alubias pintas con calabaza Bacalao al horno Fruta fresca y pan	Sopa casera de fideos sin huevo Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Espaguetis sin trazas de huevo con tomate y pavo Merluza al horno con salsa de limón Yogur natural y pan
26	27	28	29	30
Arroz caldoso con pollo Filete de pavo en salsa Fruta fresca y pan	Crema de calabacín y puerro Chuleta de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de cocido con fideos sin trazas de huevo Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Fruta fresca y pan	Macarrones sin trazas de huevo en salsa de tomate casera Filete de merluza a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Lentejas ecológicas con verduras Filete de pollo en salsa Patatas dado al ajillo Yogur natural y pan



Menú Sin huevo, pescado, F. secos, plátano y fresas

Escuela infantil Los Olivos

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
05	06	07	08	09
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	Macarrones (sin trazas de huevo) en salsa de tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Potaje de alubias blancas con verduras Cinta de lomo a la plancha Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan
12	13	14	15	16
Arroz con salsa de tomate casera Lomo de sajonia a la plancha Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Crema de calabaza y zanahoria Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Sopa de cocido con fideos sin trazas de huevo Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Espirales sin trazas de huevo con salsa de tomate Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Lentejas con verduras Caldereta de pollo Yogur natural y pan
19	20	21	22	23
Arroz caldoso con verduras Cinta de lomo a la plancha Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Brócoli salteado con zanahoria Guiso de magro en salsa de manzana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Alubias pintas con calabaza Chuleta de pavo a la plancha Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Sopa casera de fideos sin huevo Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Espaguetis sin trazas de huevo con tomate y pavo Lomo de sajonia a la plancha Yogur natural y pan
26	27	28	29	30
Arroz caldoso con pollo Filete de pavo en salsa Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Crema de calabacín y puerro Chuleta de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Sopa de cocido con fideos sin trazas de huevo Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan	Macarrones sin trazas de huevo en salsa de tomate casera Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca, excepto fresas y plátano y pan integral	Lentejas ecológicas con verduras Filete de pollo en salsa Patatas dado al ajillo Yogur natural y pan



Menú Sin PLV, soja, coco y F. secos

Escuela infantil Los Olivos
Enero 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
05	06	07	08	09
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	Macarrones (sin trazas de soja) en salsa de tomate Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Potaje de alubias blancas con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta fresca y pan
12	13	14	15	16
Arroz con salsa de tomate casera Tortilla francesa Fruta fresca y pan	Crema de calabaza y zanahoria Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de fideos sin trazas de soja Garbanzos con patata y pollo Fruta fresca y pan	Espirales sin trazas de soja con salsa de tomate Merluza en salsa de zanahorias Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Lentejas con verduras Caldereta de pollo Fruta fresca y pan
19	20	21	22	23
Arroz caldoso con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta fresca y pan	Brócoli salteado con zanahoria Magro de cerdo con tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Alubias pintas con calabaza Bacalao al horno Fruta fresca y pan	Sopa de fideos sin trazas de soja Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Espaguetis sin trazas de soja con tomate y pavo Merluza al horno con salsa de limón Fruta fresca y pan
26	27	28	29	30
Arroz caldoso con pollo Tortilla francesa Fruta fresca y pan	Crema de calabacín y puerro Chuleta de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de fideos sin trazas de soja Garbanzos con patata y pollo Fruta fresca y pan	Macarrones sin soja en salsa de tomate casera Filete de merluza a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Lentejas ecológicas con verduras Filete de pollo en salsa Patatas dado al ajillo Fruta fresca y pan



Menú Sin frutos secos

Escuela infantil Los Olivos

Enero 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
05	06	07	08	09
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	Macarrones en salsa de tomate casera Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Potaje de alubias blancas con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta fresca y pan
12	13	14	15	16
Arroz con salsa de tomate casera Tortilla francesa Fruta fresca y pan	Crema de calabaza y zanahoria Albóndigas con tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de cocido con fideos ecológicos Cocido completo Fruta fresca y pan	Espirales con tomate Merluza en salsa de zanahorias Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan integral	Lentejas con verduras Caldereta de pollo Yogur natural y pan
19	20	21	22	23
Arroz caldoso con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta fresca y pan	Brócoli salteado con zanahoria Guiso de magro en salsa de manzana Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Alubias pintas con calabaza Bacalao al horno Fruta fresca y pan	Sopa casera de estrellitas Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Espaguetis salteados con pavo Merluza al horno con salsa de limón Yogur natural y pan
26	27	28	29	30
Arroz caldoso con pollo Tortilla francesa Fruta fresca y pan	Crema de calabacín y puerro Hamburguesa con salsa de cebolla Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de cocido con fideos ecológicos Cocido completo Fruta fresca y pan	Coditos en salsa de tomate casera gratinados con queso Filete de merluza a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Lentejas ecológicas con verduras Filete de pollo en salsa Patatas dado al ajillo Yogur natural y pan