

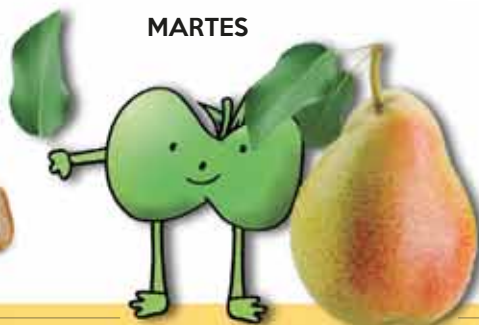
Enero 2021

LUNES

MARTES

JUEVES

VIERNES



IS

01

fiesta

04

fiesta

05

fiesta

06

fiesta

07

fiesta

08

fiesta

11

MACARRONES CON TOMATE
CABRACHO EMPANADO
MAHONESA
FRUTA
KCal. 1054 H.C. 128 Lip. 53 P. 25

12

GARBANZOS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE FRESCO
FRUTA
KCal. 854 H.C. 108 Lip. 34 P. 35

13

SOPA DE PESCADO
FILETE DE POLLO EMPANADO
ZANAHORIA
NATILLA DE VAINILLA
KCal. 702 H.C. 69 Lip. 30 P. 42

14

ALUBIAS BLANCAS
BACALAO AL HORNO
GUISANTES
FRUTA
KCal. 728 H.C. 89 Lip. 19 P. 56

15

PATATAS A LA RIOJANA
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA
VERDURITAS
FRUTA
KCal. 560 H.C. 93 Lip. 14 P. 20

18

LENTEJAS
PAELLA MIXTA
FRUTA
KCal. 806 H.C. 137 Lip. 18 P. 31

19

km.0

CARACOLILLOS CON TOMATE
GUISADO DE PAVO
VERDURITAS
YOGUR
KCal. 824 H.C. 108 Lip. 25 P. 47

20

ALUBIAS PINTAS
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
TOMATE FRESCO
FRUTA
KCal. 770 H.C. 89 Lip. 32 P. 38

21

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
FILETE DE TERNERA EMPANADO
PIMIENTOS ROJOS
FRUTA
KCal. 642 H.C. 78 Lip. 21 P. 39

22

PURE DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA
FRUTA
KCal. 768 H.C. 93 Lip. 35 P. 24

25

PATATAS A LA RIOJANA
CENTROS DE MERLUZA AL HORNO
PIMIENTOS ROJOS
FRUTA
KCal. 671 H.C. 88 Lip. 23 P. 33

26

ALUBIAS BLANCAS
HUEVOS COCIDOS CON TOMATE
FRUTA
KCal. 639 H.C. 88 Lip. 20 P. 33

27

km.0

PAELLA DE POLLO
LOMO ADOBADO PLANCHA
ZANAHORIA
YOGUR
KCal. 782 H.C. 99 Lip. 28 P. 40

28

GUISANTES CON PATATAS
MUSLO DE POLLO ASADO
CHAMPIÑONES
FRUTA
KCal. 594 H.C. 72 Lip. 22 P. 32

29

fiesta



iconografía

CLICK-a
AQUI



proyecto educativo

CLICK-a
AQUI

recomendaciones
nutricionales

CLICK-a
AQUI

Massana
impulsa

CLICK-a
AQUI

