



**Menú Escolar Enero 2026**

						<b><u>Jueves 1</u></b>		<b><u>Viernes 2</u></b>	
						AÑO NUEVO		Vacaciones	
						KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:
						Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:
<b><u>Lunes 5</u></b>		<b><u>Martes 6</u></b>		<b><u>Miércoles 7</u></b>		<b><u>Jueves 8</u></b>		<b><u>Viernes 9</u></b>	
Vacaciones		REYES MAGOS		Lentejas estofadas Tortilla con loncha de queso y ensalada Fruta, pan y agua		Arroz con tomate Filete de merluza con verduras Fruta, pan y agua		Puré de verduras Salchichas con ensalada Yogur, pan y agua	
KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.: 658	Lip.: 19,3	KCal.: 688	Lip.: 25	KCal.: 697	Lip.: 27,5
Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.: 32,5	H.car.: 83	Prot.: 23	H.car.: 94	Prot.: 28,2	H.car.: 114
<b><u>Lunes 12</u></b>		<b><u>Martes 13</u></b>		<b><u>Miércoles 14</u></b>		<b><u>Jueves 15</u></b>		<b><u>Viernes 16</u></b>	
Patatas en salsa verde Pechuga de pollo empanada con lechuga Fruta, pan integral y agua		Judías pintas guisadas Tortilla con loncha de queso y dados de tomate Fruta, pan y agua		Espaguetis carbonara Pescado con ensalada Fruta, pan y agua		Guiso de arroz con verduras Huevos villaroy Fruta, pan y agua		Judías verdes salteadas Hamburguesa con patatas fritas (horno) Yogur, pan y agua	
KCal.: 725	Lip.: 27,4	KCal.: 698	Lip.: 19,3	KCal.: 761	Lip.: 19	KCal.: 680	Lip.: 14,9	KCal.: 689	Lip.: 27,1
Prot.: 29,1	H.car.: 91	Prot.: 32,4	H.car.: 98	Prot.: 34,6	H.car.: 110	Prot.: 38	H.car.: 98	Prot.: 32,3	H.car.: 92
<b><u>Lunes 19</u></b>		<b><u>Martes 20</u></b>		<b><u>Miércoles 21</u></b>		<b><u>Jueves 22</u></b>		<b><u>Viernes 23</u></b>	
Sopa de fideos Tortilla española con queso y endivias Fruta, pan integral y agua		Verdura de temporada Rodaja de merluza gratinada al horno Fruta, pan y agua		Espirales tricolor gratinadas Lomo plancha con ensalada Yogur, pan y agua		Lentejas con arroz y verduras Tortilla francesa Fruta, pan y agua		Arroz milanesa Croquetas con guarnición Fruta, pan y agua	
KCal.: 531	Lip.: 18,7	KCal.: 666	Lip.: 21,1	KCal.: 605	Lip.: 13	KCal.: 515	Lip.: 16,4	KCal.: 645	Lip.: 31
Prot.: 14,6	H.car.: 75,4	Prot.: 37,4	H.car.: 81	Prot.: 35,5	H.car.: 87	Prot.: 25,2	H.car.: 79	Prot.: 11,9	H.car.: 104
<b><u>Lunes 26</u></b>		<b><u>Martes 27</u></b>		<b><u>Miércoles 28</u></b>		<b><u>Jueves 29</u></b>		<b><u>Viernes 30</u></b>	
Judías blancas con verduras Lenguado al horno con ensalada Fruta, pan integral y agua		Plumas con tomate Lomo con ensalada Yogur, pan y agua		Paella mixta Tortilla francesa, jamón y ensalada Fruta, pan y agua		Crema hortelana Pollo al limón Fruta, pan y agua		Lentejas Huevos con tomate Fruta, pan y agua	
KCal.: 863	Lip.: 20	KCal.: 1015	Lip.: 34	KCal.: 710	Lip.: 30	KCal.: 652	Lip.: 23	KCal.: 652	Lip.: 20,5
Prot.: 69	H.car.: 106	Prot.: 49	H.car.: 132	Prot.: 28	H.car.: 68	Prot.: 29	H.car.: 79	Prot.: 31	H.car.: 81

**Menú de salvaguarda:** Lentejas con arroz; Jamón de York con patatas chips; melocotón en almíbar

Los valores nutricionales indicados son aproximados y corresponde a la ración media para un alumno/a de 10-12 años. Para alumnos/as de 4-5 años el tamaño de las raciones y los valores nutricionales se reducen en un 15 % aproximadamente

A los alumnos/as con incompatibilidades alimentarias (médicas, religiosas...) se les sustituirán los alimentos incompatibles por otros adecuados.

A continuación se especifican las sustituciones concretas para los alumnos/as que no comen carne (por ejemplo los musulmanes)



**COLEGIO SANTA ANA**  
C/ Coso, 18 – 50700 Caspe - Tel. 976630396



**Enero 2026**

**Sustituciones de alimentos para los alumnos que no comen carne**

<b>Día</b>	<b>Sustitución</b>
9	Huevos Villaroy
12	Pescado con lechuga
16	Pescado con patatas fritas
21	Tortilla francesa con ensalada
23	Croquetas de pescado con guarción
27	Empanadillas de atún
28	Tortilla francesa con loncha de queso y ensalada
29	Pescado en salsa