

ARCÁNGEL: MENÚ - F.SECOS, SETAS, SOJA, FRUCTOSA,PLV, SIN GLUTEN,
SIN MARISCO, SIN SAL ENERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12	13	14	1	2
5	6	7	8	9
(G) GARBANZOS CON ARROZ (sin j.verdes) (G) GARBANZOS CON ARROZ (sin j.verdes) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) PURÉ DE PATATAS (G) PURÉ DE PATATAS (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1274,74 Prot: 37,62g Hidrat: 167,78g Grasas: 64,84g Sat: 15,98g Azúc: 12,34g Sal: 3,06g	(G) POTAJE SIN LEGUMBRES (patata, tomate, cebolla,pimiento, zanahoria, ajo) (G) POTAJE SIN LEGUMBRES (patata, tomate, cebolla,pimiento, zanahoria, ajo) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 718,12 Prot: 25,04g Hidrat: 99,52g Grasas: 24,24g Sat: 3,38g Azúc: 10,30g Sal: 4,04g	(G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1144,16 Prot: 20,98g Hidrat: 149,20g Grasas: 49,04g Sat: 8,46g Azúc: 9,94g Sal: 5,14g	(G) ARROZ COCIDO (G) ARROZ COCIDO (G) MERLUZA HORNO (G) MERLUZA HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 867,70 Prot: 31,76g Hidrat: 150,40g Grasas: 16,04g Sat: 2,12g Azúc: 24,20g Sal: 2,16g	(G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (A) JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO (aceite, laurel, tomillo, ajo) (A) JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO (aceite, laurel, tomillo, ajo) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1139,50 Prot: 47,28g Hidrat: 130,80g Grasas: 46,16g Sat: 8,60g Azúc: 5,72g Sal: 2,26g
12 (G) GARBANZOS CON ARROZ (sin j.verdes) (G) GARBANZOS CON ARROZ (sin j.verdes) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) PURÉ DE PATATAS (G) PURÉ DE PATATAS (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1274,74 Prot: 37,62g Hidrat: 167,78g Grasas: 64,84g Sat: 15,98g Azúc: 12,34g Sal: 3,06g	13 (G) POTAJE SIN LEGUMBRES (patata, tomate, cebolla,pimiento, zanahoria, ajo) (G) POTAJE SIN LEGUMBRES (patata, tomate, cebolla,pimiento, zanahoria, ajo) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 718,12 Prot: 25,04g Hidrat: 99,52g Grasas: 24,24g Sat: 3,38g Azúc: 10,30g Sal: 4,04g	14 (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1144,16 Prot: 20,98g Hidrat: 149,20g Grasas: 49,04g Sat: 8,46g Azúc: 9,94g Sal: 5,14g	15 (G) ARROZ COCIDO (G) ARROZ COCIDO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS FRITAS (G) PATATAS FRITAS (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1008,08 Prot: 30,14g Hidrat: 134,36g Grasas: 52,90g Sat: 14,20g Azúc: 7,62g Sal: 2,78g	16 (G) LENTEJAS CON VERDURAS (sin judías verdes) (G) LENTEJAS CON VERDURAS (sin judías verdes) (G) MERLUZA HORNO (G) MERLUZA HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 899,50 Prot: 42,28g Hidrat: 111,74g Grasas: 30,36g Sat: 4,28g Azúc: 13,24g Sal: 3,14g
19 (G) GUIZO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimiento, laurel, tomate) (G) GUIZO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimiento, laurel, tomate) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 832,40 Prot: 36,34g Hidrat: 85,46g Grasas: 51,68g Sat: 14,54g Azúc: 8,24g Sal: 2,18g	20 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 865,32 Prot: 29,70g Hidrat: 102,38g Grasas: 35,00g Sat: 5,82g Azúc: 10,16g Sal: 3,28g	21 (G) CAZUELA ARROZ POLLO SIN GUISANTES (tomate, aceite) (G) CAZUELA ARROZ POLLO SIN GUISANTES (tomate, aceite) (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1198,58 Prot: 27,24g Hidrat: 152,70g Grasas: 52,10g Sat: 8,24g Azúc: 9,34g Sal: 5,80g	22 (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 1141,34 Prot: 28,96g Hidrat: 130,60g Grasas: 68,38g Sat: 17,70g Azúc: 5,74g Sal: 2,88g	23 (G) POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, zanahoria, pimiento) (G) POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, zanahoria, pimiento) (G) MERLUZA HORNO (G) MERLUZA HORNO (G) PAN BLANCO (G) PAN BLANCO Kcal: 788,92 Prot: 33,36g Hidrat: 106,10g Grasas: 27,32g Sat: 3,36g Azúc: 11,16g Sal: 2,50g
26 (G) CREMA CALABACÍN SIN FRUCTOSA (patata, aceite) (G) CREMA CALABACÍN SIN FRUCTOSA (patata, aceite) (A) ABADEJO HORNO (A) ABADEJO HORNO Kcal: 566,00 Prot: 41,40g Hidrat: 50,00g Grasas: 22,00g Sat: 3,06g Azúc: 8,04g Sal: 0,60g	27 (A) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, zanahoria, cebolla, pimiento, tomate) (A) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, zanahoria, cebolla, pimiento, tomate) (C) POLLO AL HORNO (aceite, ajos, sal, laurel, tomillo) (C) POLLO AL HORNO (aceite, ajos, sal, laurel, tomillo) Kcal: 830,78 Prot: 55,24g Hidrat: 95,56g Grasas: 22,56g Sat: 4,00g Azúc: 10,84g Sal: 1,86g	28 (C) COCIDO CON VERDURAS Y POLLO (patata, j.verdes, apio,puerros, zanahoria) (C) COCIDO CON VERDURAS Y POLLO (patata, j.verdes, apio,puerros, zanahoria) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO Kcal: 680,98 Prot: 38,80g Hidrat: 82,02g Grasas: 23,80g Sat: 4,04g Azúc: 5,82g Sal: 1,26g	29 (A) SOPA DE PICADILLO SIN GLUTEN (pollo, huevo) (A) SOPA DE PICADILLO SIN GLUTEN (pollo, huevo) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) Kcal: 661,98 Prot: 33,80g Hidrat: 58,34g Grasas: 45,86g Sat: 15,18g Azúc: 0,50g Sal: 1,26g	30 (C) ESPIRALES SIN GLUTEN CON TOMATE, HUEVO, ATÚN (C) ESPIRALES SIN GLUTEN CON TOMATE, HUEVO, ATÚN (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO Kcal: 945,50 Prot: 31,00g Hidrat: 99,60g Grasas: 46,74g Sat: 9,20g Azúc: 0,46g Sal: 1,80g

GLUTEN		HUEVO		PESCADO		MOLUSCO		SOJA		ALTRAMUCES		LECHE		SÉSAMO		FRUTOS DE CÁSCARA		APIO		MOSTAZA		SULFITOS		CACAHUETE		CRUSTÁCEOS	
--------	---	-------	---	---------	---	---------	---	------	---	------------	---	-------	---	--------	---	-------------------	---	------	---	---------	---	----------	---	-----------	---	------------	---