

ARCÁNGEL: MENÚ - F.SECOS, LEGUMBRES, PESCADO, SETAS, SOJA, POLLO

ENERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12	13	14	1	2
5	6	7	8	9
(G) SOPA DE ARROZ CON VERDURA (zanahoria, calabacín, cebolla, ajo, aceite)	(A) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN CON POLLO (puerro, zanahoria...)	(A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano)	(G) ARROZ CON TOMATE FRITO	(G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano)
(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO	(C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)
(G) ZANAHORIAS BABY	(C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA	(G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA	(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)	(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)
(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)	(G) PAN BLANCO	(G) YOGUR DE FRUTAS
(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO		(G) PAN INTEGRAL
Kcal: 460,95 Prot: 14,74g Hidrat: 62,02g Grasas: 24,13g Sat: 6,96g Azúc: 10,88g Sal: 1,38g	Kcal: 627,74 Prot: 22,29g Hidrat: 88,31g Grasas: 27,21g Sat: 7,91g Azúc: 9,64g Sal: 1,53g	Kcal: 876,14 Prot: 24,51g Hidrat: 111,28g Grasas: 42,89g Sat: 9,35g Azúc: 14,69g Sal: 3,25g	Kcal: 580,12 Prot: 12,89g Hidrat: 89,94g Grasas: 21,39g Sat: 2,58g Azúc: 16,50g Sal: 2,18g	Kcal: 628,90 Prot: 19,26g Hidrat: 78,33g Grasas: 34,80g Sat: 9,16g Azúc: 23,36g Sal: 2,49g
12	13	14	15	16
(G) SOPA DE ARROZ CON VERDURA (zanahoria, calabacín, cebolla, ajo, aceite)	(A) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN CON POLLO (puerro, zanahoria...)	(A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano)	(G) ARROZ CON TOMATE FRITO	(G) GUIZO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo)
(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO
(G) ZANAHORIAS BABY	(C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA	(G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA	(G) PATATAS FRITAS	(G) ZANAHORIAS BABY
(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)	(G) YOGUR DE FRUTAS
(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN INTEGRAL
Kcal: 460,95 Prot: 14,74g Hidrat: 62,02g Grasas: 24,13g Sat: 6,96g Azúc: 10,88g Sal: 1,38g	Kcal: 627,74 Prot: 22,29g Hidrat: 88,31g Grasas: 27,21g Sat: 7,91g Azúc: 9,64g Sal: 1,53g	Kcal: 876,14 Prot: 24,51g Hidrat: 111,28g Grasas: 42,89g Sat: 9,35g Azúc: 14,69g Sal: 3,25g	Kcal: 581,01 Prot: 15,98g Hidrat: 77,21g Grasas: 31,28g Sat: 7,34g Azúc: 14,65g Sal: 1,49g	Kcal: 527,52 Prot: 15,20g Hidrat: 72,95g Grasas: 18,79g Sat: 4,08g Azúc: 23,62g Sal: 2,03g
19	20	21	22	23
(G) GUISILLO DE POLLO SIN GUI SANTES (patata, cebolla, zanahoria...)	(G) GUIZO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo)	(G) CAZUELA ARROZ POLLO SIN GUI SANTES (tomate, aceite)	(G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano)	(G) POTAJE DE CALABAZA SIN LEGUMBRES (patata, zanahoria, cebolla, pimiento)
(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO	(C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)
(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)	(G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ	(G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA	(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)	(G) ZANAHORIAS BABY
(G) PAN BLANCO	(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)	(G) YOGUR DE FRUTAS
	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN INTEGRAL
Kcal: 505,34 Prot: 20,35g Hidrat: 69,16g Grasas: 23,04g Sat: 6,85g Azúc: 8,72g Sal: 1,46g	Kcal: 491,88 Prot: 11,36g Hidrat: 69,35g Grasas: 18,51g Sat: 2,92g Azúc: 9,87g Sal: 1,77g	Kcal: 679,95 Prot: 18,25g Hidrat: 83,78g Grasas: 29,61g Sat: 4,98g Azúc: 10,15g Sal: 2,70g	Kcal: 595,80 Prot: 16,09g Hidrat: 79,10g Grasas: 32,61g Sat: 7,72g Azúc: 16,30g Sal: 2,23g	Kcal: 499,74 Prot: 18,35g Hidrat: 62,48g Grasas: 26,10g Sat: 8,35g Azúc: 23,93g Sal: 1,66g
26	27	28	29	30
(G) ARROZ CON TOMATE FRITO	(G) GUIZO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo)	(G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano)	(G) SOPA DE FIDEOS CON VERDURA SIN GLUTEN	(G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano)
(C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)	(G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales)
(G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA	(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)	(G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	(G) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA	(G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA
(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)	(G) PAN BLANCO	(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)	(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)	(G) YOGUR DE FRUTAS
(G) PAN BLANCO		(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO	(G) PAN BLANCO
Kcal: 550,97 Prot: 14,48g Hidrat: 68,03g Grasas: 25,92g Sat: 4,06g Azúc: 9,58g Sal: 1,78g	Kcal: 484,46 Prot: 15,34g Hidrat: 67,14g Grasas: 23,77g Sat: 6,90g Azúc: 10,26g Sal: 1,18g	Kcal: 586,16 Prot: 11,71g Hidrat: 79,56g Grasas: 25,68g Sat: 3,52g Azúc: 14,21g Sal: 3,36g	Kcal: 482,60 Prot: 14,31g Hidrat: 58,17g Grasas: 28,08g Sat: 7,72g Azúc: 13,50g Sal: 1,42g	Kcal: 686,20 Prot: 22,58g Hidrat: 78,47g Grasas: 39,69g Sat: 10,25g Azúc: 23,84g Sal: 2,37g

GLUTEN

HUEVO

PESCADO

MOLUSCO

SOJA

ALTRAMUCES

LECHE

SÉSAMO

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SULFITOS

CACAHUETE

CRUSTÁCEOS