
 <p>COLEGIO EPISCOPAL SAGRADA FAMILIA SIGÜENZA (Guadalajara)</p>	<p><b>EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA</b></p> <p><b>MENÚ ENERO 2026</b></p> <p>CELÍACAS: Todas las comidas iguales; cambian las pastas sin gluten y rebozados por plancha (pescados).</p> <p>ALÉRGICO LEGUMBRE: En su lugar se le pone arroz, pasta o verduras.</p>			
LUNES 29 DICIEMBRE	MARTES 30 DICIEMBRE	MIÉRCOLES 31 DICIEMBRE	JUEVES 1	VIERNES 2
VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD	VACACIONES NAVIDAD	PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA Y CALABAZA ATÚN CON TOMATE PLÁTANO	LENTEJAS CON ARROZ INTEGRAL TORTILLA FRANCESA MANDARINA
			FORMA DE COCINADO: C, C ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: P	FORMA DE COCINADO: C, P ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: H
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE CARRILLERA GUISADA MANZANA	JUDIAS PINTAS CON VERDURAS BOQUERONES FRITOS PERA	ARROZ CON TOMATE Y HUEVO FRITO CALAMARES NARANJA	SOPA DE COCIDO GARBANZOS, REPOLLO, PATATA, ZANAHORIA, MORCILLO Y CHORIZO PLÁTANO	CREMA DE CALABACIN, ZANAHORIA Y PATATA MERLUZA AL HORNO MANDARINA
FORMA DE COCINADO: C, C ALÉRGICOS 1º: G ALÉRGICOS 2º:	FORMA DE COCINADO: C, F ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: P	FORMA DE COCINADO: C, F ALÉRGICOS 1º: H ALÉRGICOS 2º: P	FORMA DE COCINADO: C C ALÉRGICOS 1º: G ALÉRGICOS 2º:	FORMA DE COCINADO: C, H ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: P
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22 SAN VICENTE	VIERNES 23
ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS ALBÓNDIGAS EN SALSA MANZANA	PURÉ DE JUDIAS VERDES, PATATA Y ZANAHORIA POLLO ASADO PERA	FABADA HUEVOS RELLENOS DE ATÚN NARANJA	FESTIVO	ESPAGUETIS CON ATÚN BOQUERONES FRITOS MANDARINA
FORMA DE COCINADO: C, C ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º:	FORMA DE COCINADO: C, H ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º:	FORMA DE COCINADO: C, C ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: H,P		FORMA DE COCINADO: C, F ALÉRGICOS 1º: G ALÉRGICOS 2º: P
LUNES 26	MARTES 27 SANTA ÁNGELA	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
MACARRONES INTEGRALES GRATINADOS TORTILLA FRANCESA MANZANA	LENTEJAS CON PATATA Y ZANAHORIA FILETE DE POLLO PERA	ARROZ CON TOMATE MERLUZA AL HORNO NARANJA	SOPA DE COCIDO GARBANZOS, REPOLLO, PATATA, ZANAHORIA, MORCILLO Y CHORIZO PLÁTANO	CREMA DE CALABAZA, PUERRO Y PATATA ATÚN EN SALSA MANDARINA
FORMA DE COCINADO: H, P ALÉRGICOS 1º: G ALÉRGICOS 2º: H	FORMA DE COCINADO: C, F ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: H	FORMA DE COCINADO: C, H ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: P	FORMA DE COCINADO: C,C ALÉRGICOS 1º: G ALÉRGICOS 2º:	FORMA DE COCINADO: C, C ALÉRGICOS 1º: ALÉRGICOS 2º: P
<p>Todos los días el menú irá acompañado con pan, agua y ensalada. Dos días a la semana pan integral.</p> <p>FORMA DE COCINADO: C (Cocido), H (Horno), F (Frito), P (Plancha)</p> <p>ALÉRGICOS: G (Cereales con Gluten), CR (Crustáceos), H (Huevos), P (Pescado), CA (Cacahuetes), S (Soja), L (Leche), FC (Frutos de cáscara), A (Apio), M (Mostaza), GS (Granos de sésamo), DS (Dióxido de azufre y Sulfitos), AL (Altramuz), M (Moluscos)</p>				