



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2017-2018**

**1er CICLO ED. INFANTIL-1**  
**MENÚ ENERO 2018**

<i>LUNES 1</i>	<i>MARTES 2</i>	<i>MIÉRCOLES 3</i>	<i>JUEVES 4</i>	<i>VIERNES 5</i>
Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur
<i>LUNES 8</i>	<i>MARTES 9</i>	<i>MIÉRCOLES 10</i>	<i>JUEVES 11</i>	<i>VIERNES 12</i>
Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur
<i>LUNES 15</i>	<i>MARTES 16</i>	<i>MIÉRCOLES 17</i>	<i>JUEVES 18</i>	<i>VIERNES 19</i>
Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur
<i>LUNES 22</i>	<i>MARTES 23</i>	<i>MIÉRCOLES 24</i>	<i>JUEVES 25</i>	<i>VIERNES 26</i>
Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur	Puré de ternera Yogur
<i>LUNES 29</i>	<i>MARTES 30</i>	<i>MIÉRCOLES 31</i>		
Puré de ternera Yogur	Puré de pescado Yogur	Puré de pollo Yogur		



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2017-2018**

**1er CICLO ED. INFANTIL-2**  
**MENÚ ENERO 2018**

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
<b>DÍA FESTIVO</b>	Macarrones con chorizo Filete de lenguado y ensalada Almibar y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 694</i>	Arroz con tomate y salchichas Fingers de pollo barbacoa Fruta Leche chocolateada y rosquillas <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 712</i>	Crema de verduras y picatostes Cinta de lomo con patatas Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 77</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 667</i>	Sopa de cocido Cocido completo Fruta Sandwich con crema de cacao <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 38 Calorías: 785</i>
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Lentejas con chorizo Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 28 H. Carbono: 79</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 725</i>	Espirales carbonara Filete de gallo Natillas y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 694</i>	Crema de calabaza y picatostes Escalope con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 30 Calorías: 702</i>	Judías verdes con jamón Muslitos de pollo con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 693</i>	Arroz con pollo Empanadillas de bonito y ensalad Fruta Emparedado de chocolate <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 683</i>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías estofadas Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 712</i>	Macarrones boloñesa Filete de lenguado y ensalada Flan y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 694</i>	Ensalada mixta Jamón de cerdo asado y puré Fruta Leche chocolateada y rosquillas <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 77</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 667</i>	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y fruta Bocadillo de jamón York <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 74</i> <i>Lípidos: 38 Calorías: 766</i>	<b>FIESTA LOCAL</b>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas castellana Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 28 H. Carbono: 79</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 725</i>	Espaguetis napolitana Filete de merluza con panaché Almibar y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 701</i>	Judías verdes rehogadas Cinta de lomo con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 77</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 667</i>	Patatas estofadas Anillas de mar con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 678</i>	Guisantes con jamón Fingers de pollo barbacoa Fruta Sandwich con crema de cacao <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 709</i>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
Judías con chorizo Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: x81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 712</i>	Arroz con tomate y salchichas Filete de pescado con ensalada Natillas y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 704</i>	Crema de calabacín y picatostes Muslitos de pollo con patatas Fruta Leche chocolateada con rosquillas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 30 Calorías: 705</i>		



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2017-2018**

**2º CICLO ED. INFANTIL**  
**MENÚ ENERO 2018**

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Lentejas con chorizo Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 28 H. Carbono: 79</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 725</i>	Espirales carbonara Filete de gallo Natillas y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 694</i>	Crema de calabaza y picatostes Escalope con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 30 Calorías: 702</i>	Judías verdes con jamón Muslitos de pollo con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 693</i>	Arroz con pollo Empanadillas de bonito y ensalad Fruta Emparedado de chocolate <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 683</i>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías estofadas Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 712</i>	Macarrones boloñesa Filete de lenguado y ensalada Flan y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 694</i>	Ensalada mixta Jamón de cerdo asado y puré Fruta Leche chocolateada y rosquillas <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 77</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 667</i>	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y fruta Bocadillo de jamón York <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 74</i> <i>Lípidos: 38 Calorías: 766</i>	<b>FIESTA LOCAL</b>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas castellana Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 28 H. Carbono: 79</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 725</i>	Espaguetis napolitana Filete de merluza con panaché Almibar y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 701</i>	Judías verdes rehogadas Cinta de lomo con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 25 H. Carbono: 77</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 667</i>	Patatas estofadas Anillas de mar con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 28 Calorías: 678</i>	Guisantes con jamón Fingers de pollo barbacoa Fruta Sandwich con crema de cacao <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 709</i>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES	VIERNES
Judías con chorizo Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 712</i>	Arroz con tomate y salchichas Filete de pescado con ensalada Natillas y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 26 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 29 Calorías: 704</i>	Crema de calabacín y picatostes Muslitos de pollo con patatas Fruta Leche chocolateada con rosquillas <i>Proteínas: 27 H. Carbono: 81</i> <i>Lípidos: 30 Calorías: 705</i>		



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2017-2018**

**1er Y 2º CICLO ED. PRIMARIA**  
**MENÚ ENERO 2018**

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Lentejas con chorizo Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 90</i> <i>Lípidos: 38 Calorías: 828</i>	Espirales carbonara Filete de gallo Natillas y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 96</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 794</i>	Crema de calabaza y picatostes Escalope con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 31 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 802</i>	Judías verdes con jamón Muslitos de pollo con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 792</i>	Arroz con pollo Empanadillas de bonito y ensalad Fruta Emparedado de chocolate <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 93</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 781</i>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías estofadas Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 36 Calorías: 814</i>	Macarrones boloñesa Filete de lenguado y ensalada Flan y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 29 H. Carbono: 96</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 802</i>	Ensalada mixta Jamón de cerdo asado y puré Fruta Leche chocolateada y rosquillas <i>Proteínas: 29 H. Carbono: 88</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 762</i>	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y fruta Bocadillo de jamón York <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 84</i> <i>Lípidos: 43 Calorías: 875</i>	<b>FIESTA LOCAL</b>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas castellana Tortilla española con ensalada Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 90</i> <i>Lípidos: 38 Calorías: 828</i>	Espaguetis napolitana Filete de merluza con panaché Almibar y fruta Bocadillo de salchichón <i>Proteínas: 29 H. Carbono: 96</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 802</i>	Judías verdes rehogadas Cinta de lomo con patatas Fruta Leche chocolateada y magdalenas <i>Proteínas: 29 H. Carbono: 88</i> <i>Lípidos: 33 Calorías: 763</i>	Patatas estofadas Anillas de mar con ensalada Yogur y fruta Plátano con pan <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 32 Calorías: 774</i>	Guisantes con jamón Fingers de pollo barbacoa Fruta Sandwich con crema de cacao <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 36 Calorías: 810</i>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES	VIERNES
Judías con chorizo Huevos fritos con patatas Fruta Leche chocolateada y galletas <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 36 Calorías: 814</i>	Arroz con tomate y salchichas Filete de pescado con ensalada Natillas y fruta Bocadillo de mortadela <i>Proteínas: 30 H. Carbono: 96</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 805</i>	Crema de calabacín y picatostes Muslitos de pollo con patatas Fruta Leche chocolateada con rosquillas <i>Proteínas: 31 H. Carbono: 92</i> <i>Lípidos: 34 Calorías: 815</i>		



LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Lentejas con chorizo Tortilla española con ensalada Fruta y leche  <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 102 Lípidos: 42 Calorías: 932</i>	Espirales carbonara Filete de gallo Natillas y fruta  <i>Proteínas: 34 H. Carbono: 108 Lípidos: 36 Calorías: 893</i>	Crema de calabaza y picatostes Escalope con patatas Fruta y leche  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 108 Lípidos: 36 Calorías: 887</i>	Judías verdes con jamón Muslitos de pollo con ensalada Yogur y fruta  <i>Proteínas: 34 H. Carbono: 104 Lípidos: 38 Calorías: 891</i>	Arroz con pollo Empanadillas de bonito y ensalad Fruta  <i>Proteínas: 42 H. Carbono: 104 Lípidos: 36 Calorías: 878</i>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías estofadas Huevos fritos con patatas Fruta y leche  <i>Proteínas: 34 H. Carbono: 104 Lípidos: 41 Calorías: 915</i>	Macarrones boloñesa Filete de lenguado y ensalada Flan y fruta  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 108 Lípidos: 38 Calorías: 902</i>	Ensalada mixta Jamón de cerdo asado y puré Fruta y leche  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 99 Lípidos: 38 Calorías: 858</i>	Sopa de cocido Cocido completo con repollo Yogur y fruta  <i>Proteínas: 42 H. Carbono: 95 Lípidos: 49 Calorías: 985</i>	<b>FIESTA LOCAL</b>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas castellana Tortilla española con ensalada Fruta y leche  <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 102 Lípidos: 42 Calorías: 932</i>	Espaguetis napolitana Filete de merluza con panaché Almibar y fruta  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 108 Lípidos: 38 Calorías: 902</i>	Judías verdes rehogadas Cinta de lomo con patatas Fruta y leche  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 99 Lípidos: 37 Calorías: 859</i>	Patatas estofadas Calamares a la romana y ensalada Yogur y fruta  <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 104 Lípidos: 36 Calorías: 871</i>	Guisantes con jamón Fingers de pollo barbacoa Fruta  <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 104 Lípidos: 41 Calorías: 912</i>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES	VIERNES
Judías con chorizo Huevos fritos con patatas Fruta y leche  <i>Proteínas: 34 H. Carbono: 104 Lípidos: 41 Calorías: 915</i>	Arroz con tomate y salchichas Filete de pescado con ensalada Natillas y fruta  <i>Proteínas: 33 H. Carbono: 108 Lípidos: 38 Calorías: 905</i>	Crema de calabacín y picatostes Muslitos de pollo con patatas Fruta y leche  <i>Proteínas: 32 H. Carbono: 108 Lípidos: 36 Calorías: 890</i>		



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2017-2018**

**3º Y 4º ESO - BACHILLERATO**  
**MENÚ ENERO 2018**

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Lentejas con chorizo Tortilla española con ensalada Jamón York y queso Fruta y leche <i>Proteínas: 40 H. Carbono: 113</i> <i>Lípidos: 47 Calorías: 1035</i>	Espirales carbonara Filete de gallo San Jacobo Natillas y fruta <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 120</i> <i>Lípidos: 40 Calorías: 992</i>	Crema de calabaza y picatostes Escalope con patatas Palitos de merluza Fruta y leche <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 120</i> <i>Lípidos: 40 Calorías: 984</i>	Judías verdes con jamón Pollo asado Salchichas Yogur y fruta <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 115</i> <i>Lípidos: 42 Calorías: 990</i>	Arroz con pollo Empanadillas de bonito y ensalad Croquetas de jamón Fruta <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 116</i> <i>Lípidos: 40 Calorías: 976</i>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías estofadas Huevos fritos con patatas Fiambre variado Fruta y leche <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 115</i> <i>Lípidos: 45 Calorías: 1035</i>	Macarrones boloñesa Filete de lenguado y ensalada Nuggets de pollo Flan y fruta <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 113</i> <i>Lípidos: 47 Calorías: 992</i>	Ensalada mixta Jamón de cerdo asado y puré Flamenquines Fruta y leche <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 110</i> <i>Lípidos: 41 Calorías: 953</i>	Sopa de cocido Cocido completo con repollo Calamares Yogur y fruta <i>Proteínas: 47 H. Carbono: 105</i> <i>Lípidos: 54 Calorías: 1094</i>	<b>FIESTA LOCAL</b>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas castellana Tortilla española con ensalada Jamón York y queso Fruta y leche <i>Proteínas: 40 H. Carbono: 113</i> <i>Lípidos: 47 Calorías: 1035</i>	Espaguetis napolitana Filete de merluza con panaché Salchichas Almíbar y fruta <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 120</i> <i>Lípidos: 42 Calorías: 1002</i>	Judías verdes rehogadas Cinta de lomo con patatas Empanadillas Fruta y leche <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 110</i> <i>Lípidos: 41 Calorías: 954</i>	Patatas estofadas Calamares a la romana y ensalada Huevos con bonito Yogur y fruta <i>Proteínas: 37 H. Carbono: 115</i> <i>Lípidos: 40 Calorías: 968</i>	Guisantes con jamón Fingers de pollo barbacoa Varitas de pescado Fruta <i>Proteínas: 37 H. Carbono: 115</i> <i>Lípidos: 45 Calorías: 1013</i>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES	VIERNES
Judías con chorizo Huevos fritos con patatas Fiambre variado Fruta y leche <i>Proteínas: 38 H. Carbono: 115</i> <i>Lípidos: 45 Calorías: 1017</i>	Arroz con tomate y salchichas Filete de pescado con ensalada Croquetas de jamón Natillas y fruta <i>Proteínas: 37 H. Carbono: 120</i> <i>Lípidos: 42 Calorías: 783</i>	Crema de calabacín y picatostes Muslitos de pollo con patatas Palitos de merluza Fruta y leche <i>Proteínas: 36 H. Carbono: 120</i> <i>Lípidos: 40 Calorías: 984</i>		