



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2025-2026**

**5ºy6ºEP 1ºy2º ESO**  
**MENÚ ENERO 2026**

| <b>LUNES</b>                                                                                              | <b>MARTES</b>                                                                                           | <b>MIÉRCOLES</b>                                                                                           | <b>JUEVES</b>                                                                                               | <b>VIERNES</b>                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                           |                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                    |
|                                                                                                           | <b>MARTES</b>                                                                                           | <b>MIÉRCOLES</b>                                                                                           | <b>JUEVES 8</b>                                                                                             | <b>VIERNES 9</b>                                                                   |
|                                                                                                           |                                                                                                         |                                                                                                            | Macarrones con chorizo<br>Lomitos de halibut<br>Ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta<br><br>Calorías : 905 | Arroz con tomate<br>San jacobos<br>Ensalada<br>Fruta<br><br>Calorías: 950          |
| <b>LUNES 12</b>                                                                                           | <b>MARTES 13</b>                                                                                        | <b>MIÉRCOLES 14</b>                                                                                        | <b>JUEVES 15</b>                                                                                            | <b>VIERNES 16</b>                                                                  |
| Lentejas castellanas<br>Huevos fritos<br>Patatas fritas<br>Fruta<br><br>Calorías : 926                    | Arroz con secreto y trigueros<br>Merluza a la andaluza<br>Ensalada mixta<br>Fruta<br><br>Calorías : 912 | Crema de zanahoria<br>Muslitos asados<br>Patatas fritas<br>Fruta o yogur<br><br>Calorías : 906             | Guisantes con jamón<br>Palometa<br>Salsa de tomate Castilla<br>Fruta<br><br>Calorías : 915                  | Cocido<br><br>Completo<br>Fruta o flan<br><br>Calorías : 966                       |
| <b>LUNES 19</b>                                                                                           | <b>MARTES 20</b>                                                                                        | <b>MIÉRCOLES 21</b>                                                                                        | <b>JUEVES 22</b>                                                                                            | <b>VIERNES 23</b>                                                                  |
| Espagueti napolitana<br>Tortilla de patatas<br>Ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta<br><br>Calorías: 922 |                                                                                                         | Sopa de letras<br>Magro con tomate<br>Patatas fritas<br>Fruta o yogur<br><br>Calorías : 912                | Crema de calabaza<br>Abadejo<br>Brócoli y coliflor<br>Fruta<br><br>Calorías : 905                           | Ensalada cesar<br>Delicias de pollo<br>Arroz basmati<br>Fruta<br><br>Calorías: 915 |
| <b>LUNES 26</b>                                                                                           | <b>MARTES 27</b>                                                                                        | <b>MIÉRCOLES 28</b>                                                                                        | <b>JUEVES 29</b>                                                                                            | <b>VIERNES 30</b>                                                                  |
| Lentejas jardinera<br>Huevos rotos con jamón<br>Patatas fritas<br>Fruta<br><br>Calorías : 910             | Arroz con pollo<br>Salmón a la plancha<br>Trigueros salteados<br>Fruta<br><br>Calorías: 915             | Judías verdes con jamón<br>Lomo empanado<br>Brócoli y mini zanahoria<br>Fruta o yogur<br><br>Calorías: 921 | Espirales con atún<br>Merluza a la marinera<br>Almejas y gambas<br>Fruta<br><br>Calorías : 912              | Cocido<br><br>Completo<br>Fruta<br><br>Calorías : 966                              |