

SCUOLA ITALIANA DI MADRID

Enero - 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

674 Kcal. P.: 24 HC.: 36 L.: 35 G.: 8

ZUPPA DI LENTICCHIE
POLLO AL FORNO
SPINACI ROSOLATI
FRUTTA DI STAGIONE

9

523 Kcal. P.: 20 HC.: 33 L.: 44 G.: 7

VELLUTATA DI ZUCCA E CAROTE
SALMONE AL FORNO
PATATE ARROSTO
FRUTTA DI STAGIONE

12

864 Kcal. P.: 25 HC.: 36 L.: 37 G.: 9

PASTA OLIO E GRANA
COSCE DI POLLO ARROSTO
CAROTA AL FORNO
FRUTTA DI STAGIONE

13

610 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 33 G.: 8

ZUPPA DI FAGIOLI BORLOTTI CON VERDURA
LIMANDA IN SALSA DI LIMONE
PURÈ DI PATATE
YOGURT

14

492 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 29 G.: 12

VELLUTATA DI VERDURE DI STAGIONE
PIZZA MARGHERITA
FRUTTA DI STAGIONE

15

694 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 29 G.: 8

PASTA AL PESTO DI BROCOLI
STUFATO DI MAIALE CON PISELLI E CAROTE
FRUTTA DI STAGIONE

16

519 Kcal. P.: 10 HC.: 47 L.: 41 G.: 5

PASTINA IN BRODO
CALAMARI FRITTI
INSALATA DI LATTUGA, MAIS E CETRIOLI
FRUTTA DI STAGIONE

19

805 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 37 G.: 6

RISOTTO ALLA ZUCCA
COTOLETTA DI POLLO
INSALATA DI LATTUGA, POMODORI E
CAROTE GRATTUGIATE
FRUTTA DI STAGIONE

20

721 Kcal. P.: 16 HC.: 47 L.: 35 G.: 7

PASTA ALLA NORMA
FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO
PATATA DOLCE IN PURÈ
FRUTTA DI STAGIONE

21

751 Kcal. P.: 16 HC.: 36 L.: 45 G.: 11

CECI STUFATI
HAMBURGER MISTO ALLA PIASTRA
POMODORO E OLIVE
FRUTTA DI STAGIONE

22

659 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 35 G.: 8

PASTA AL PESTO
BACCALÀ AL FORNO
PATATE ARROSTO
YOGURT

23

571 Kcal. P.: 22 HC.: 32 L.: 43 G.: 12

VELLUTATA DI VERDURE DI STAGIONE
SPEZZATINO DI MANZO CON PISELLI E
CAROTE
FRUTTA DI STAGIONE

26

578 Kcal. P.: 17 HC.: 56 L.: 24 G.: 5

PASTA CON POMODORO E BASILICO
LIMANDA AL FORNO
PURÈ DI PATATE
FRUTTA DI STAGIONE

27

536 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 12

VELLUTATA DI VERDURE DI STAGIONE
LASAGNA ALLA BOLOGNESE
YOGURT

28

725 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 37 G.: 10

RISOTTO BURRO E FORMAGGIO
SALMONE AL FORNO
LATTUGA E MAIS
FRUTTA DI STAGIONE

29

613 Kcal. P.: 22 HC.: 44 L.: 29 G.: 8

MINISTRONE ALLA GENOVESE
SPEZZATINO DI POLLO CON PATATE
FRUTTA DI STAGIONE

30

808 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 44 G.: 13

ZUPPA DI LENTICCHIE
SPEZZATINO DI GUANCIA DI MAIALE E
VERDURE
FRUTTA DI STAGIONE



