

LUNES DÍA 1 MARTES DÍA 2 MIERCOLES DÍA 3 JUEVES DÍA 4 VIERNES DÍA 5
**VACACIONES
NAVIDAD**
**VACACIONES
NAVIDAD**
**VACACIONES
NAVIDAD**
**VACACIONES
NAVIDAD**
**VACACIONES
NAVIDAD**
LUNES DÍA 8 MARTES DÍA 9 MIERCOLES DÍA 10 JUEVES DÍA 11 VIERNES DÍA 12

Macarrones con atún

Acelgas Rehogadas

Puré de verduras

 Sopa de cocido (sin
garbanzos)

Puré de zanahoria

 Filete de pollo con
ensalada

 Jamón asado en su jugo
con ensalada

 Limanda a la romana con
ensalada

 Filetes de ternera a la
plancha con ensalada

 Tortilla de patatas con
ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 765 P 51 L 35 HC 62 Ca 133 Fe 5

Kcal 631 P 34 L 33 HC 55 Ca 301 Fe 10

Kcal 657 P 30 L 18 HC 47 Ca 232 Fe 7

Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 7

Kcal 552 P 23 L 22 HC 69 Ca 175 Fe 6

LUNES DÍA 15 MARTES DÍA 16 MIERCOLES DÍA 17 JUEVES DÍA 18 VIERNES DÍA 19

Coditos carbonara

Crema de calabaza

Brócolis rehogado

Paella valenciana

Espinacas a la crema

 Merluza en salsa verde con
ensalada

 Jamoncitos de pollo en
pepitoria con arroz blanco

 Filete de ternera a la
plancha con ensalada

 Calamares a la andaluza
con ensalada

 Ternera asada a la
jardinera con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 743 P 46 L 20 HC 94 Ca 169 Fe 6

Kcal 647 P 26 L 14 HC 58 Ca 91 Fe 4

Kcal 563 P 27 L 14 HC 7 Ca 150 Fe 4

Kcal 709 P 51 L 27 HC 70 Ca 210 Fe 18

Kcal 517 P 31 L 29 HC 36 Ca 431 Fe 6

LUNES DÍA 22 MARTES DÍA 23 MIERCOLES DÍA 24 JUEVES DÍA 25 VIERNES DÍA 26

Arroz con tomate

Crema de verduras

Fideua

 Sopa de cocido (sin
garbanzos)

Puré de zanahoria

 Albóndigas de ternera con
ensalada

Huevos fritos con patatas

Mero al horno con ensalada

 Filete de pollo a la plancha
con ensalada

 Croquetas y empanadillas
con jamón york

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 753 P 32 L 30 HC 94 Ca 94 Fe 5

Kcal 542 P 21 L 27 HC 58 Ca 117 Fe 5

Kcal 704 P 56 L 28 HC 56 Ca 240 Fe 17

Kcal 505 P 58 L 16 HC 31 Ca 114 Fe 6

Kcal 703 P 26 L 33 HC 80 Ca 255 Fe 5

LUNES DÍA 29 MARTES DÍA 30 MIERCOLES DÍA 31 JUEVES VIERNES

Macarrones a la romana

Patatas con bonito

Arroz blanco con tomate

 Salmón a la marinera con
ensalada

Lomo ibérico con ensalada

 Huevos fritos con
salchichas

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 705 P 35 L 31 HC 70 Ca 100 Fe 4

Kcal 695 P 52 L 28 HC 33 Ca 51 Fe 5

Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5