

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 1
				Crema de verduras	
				Bonito con tomate con ensalada	
				Fruta – lácteo	
				Kcal 618 P 27 L 16 HC 43 Ca 215 Fe 6	

LUNES	DÍA 4	MARTES	DÍA 5	MIERCOLES	DÍA 6	JUEVES	DÍA 7	VIERNES	DÍA 8
Espaguetis boloñesa (sin gluten)		Arroz blanco con tomate							
Lomo ibérico con ensalada		Filete de pollo con ensalada		FIESTA		FIESTA		FIESTA	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo							
Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6		Kcal 519 P 26 L 22 HC 58 Ca 55 Fe 2							

LUNES	DÍA 11	MARTES	DÍA 12	MIERCOLES	DÍA 13	JUEVES	DÍA 14	VIERNES	DÍA 15
Coditos napolitana (sin gluten)		Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)		Arroz blanco con tomate		Sopa de cocido (sin gluten)		Puré de zanahoria	
Huevos fritos con patatas		Merluza a la gallega con ensalada		Ternera asada con guarnición		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)		Filete de pollo con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 623 P 46 L 25 HC 53 Ca 98 Fe 6		Kcal 598 P 34 L 18 HC 52 Ca 178 Fe 6		Kcal 639 P 28 L 27 HC 75 Ca 103 Fe 4		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		Kcal 566 P 27 L 8 HC 49 Ca 112 Fe 4	

LUNES	DÍA 18	MARTES	DÍA 19	MIERCOLES	DÍA 20	JUEVES	DÍA 21	VIERNES	DÍA 22
Macarrones napolitana (sin gluten)				Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla, tocino)		Acelgas rehogadas		Arroz blanco con tomate	
Estofado de ternera con ensalada		COMIDA ESPECIAL NAVIDAD		Salmón a la marinera con ensalada		Jamonicitos de pollo con ensalada		Huevos fritos con patatas	
Fruta – lácteo				Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 760 P 46 L 29 HC 80 Ca 134 Fe 7				Kcal 640 P 35 L 31 HC 56 Ca 124 Fe 7		Kcal 593 P 32 L 20 HC 50 Ca 271 Fe 9		Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 86 Fe 4	

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES

VACACIONES DE NAVIDAD