

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 1
				Crema de verduras	
				Filete de ternera con ensalada	
				Fruta – lácteo	
				Kcal 529 P 26 L 9 HC 39 Ca 189 Fe 7	

LUNES	DÍA 4	MARTES	DÍA 5	MIERCOLES	DÍA 6	JUEVES	DÍA 7	VIERNES	DÍA 8
Espaguetis boloñesa		Arroz blanco con tomate							
Lomo ibérico con ensalada		Escalopines de pollo con ensalada		FIESTA		FIESTA		FIESTA	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo							
Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6		Kcal 689 P 34 L 33 HC 70 Ca 84 Fe 4							

LUNES	DÍA 11	MARTES	DÍA 12	MIERCOLES	DÍA 13	JUEVES	DÍA 14	VIERNES	DÍA 15
Coditos carbonara		Judías blancas estofadas		Arroz blanco con tomate		Sopa de cocido		Puré de zanahoria	
Huevos fritos con salchichas		Filete de pollo con ensalada		Ternera asada con guarnición		Cocido madrileño		Croquetas, empanadillas y jamón york con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 765 P 41 L 38 HC 64 Ca 120 Fe 7		Kcal 690 P 45 L 33 HC 54 Ca 178 Fe 8		Kcal 639 P 28 L 27 HC 75 Ca 103 Fe 4		Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11		Kcal 668 P 26 L 33 HC 71 Ca 334 Fe 7	

LUNES	DÍA 18	MARTES	DÍA 19	MIERCOLES	DÍA 20	JUEVES	DÍA 21	VIERNES	DÍA 22
Macarrones a la romana				Lentejas castellanas		Acelgas rehogadas		Arroz blanco con tomate	
Estofado de ternera con ensalada		COMIDA ESPECIAL		Filete de ternera con ensalada		Jamoncitos de pollo con ensalada		Huevos fritos con patatas	
Fruta – lácteo		NAVIDAD		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 760 P 46 L 29 HC 80 Ca 134 Fe 7				Kcal 704 P 45 L 33 HC 56 Ca 119 Fe 9		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