

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 (sin gluten)

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Puré de verduras

Sopa de cocido (sin huevo)

Judías verdes con jamón

Filete de pollo a la plancha con ensalada

Jamón asado en su jugo con ensalada

Limanda a la plancha con ensalada

Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)

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 761 P 40 L 35 HC 72 Ca 159 Fe 9

Kcal 502 P 23 L 7 HC 39 Ca 205 Fe 6

Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10

Kcal 636 P 28 L 25 HC 45 Ca 185 Fe 6

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

Coditos carbonara (sin gluten)

Crema de calabaza

Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla, tocino)

Arroz abanda

Judías blancas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Merluza en salsa verde con ensalada

Jamoncitos de pollo en pepitoria con arroz blanco

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Mero a la plancha 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 548 P 38 L 19 HC 56 Ca 114 Fe 8

Kcal 565 P 28 L 19 HC 48 Ca 56 Fe 3

Kcal 646 P 40 L 25 HC 68 Ca 212 Fe 8

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

Arroz con tomate

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Pisto manchego

Sopa de cocido (sin gluten)

Puré de zanahoria

Lomo ibérico a la plancha con ensalada

Huevos fritos con patatas

Mero al horno con ensalada

Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 558 P 25 L 27 HC 58 Ca 50 Fe 3

Kcal 698 P 34 L 33 HC 69 Ca 145 Fe 9

Kcal 567 P 28 L 27 HC 29 Ca 128 Fe 5

Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10

Kcal 529 P 26 L 9 HC 39 Ca 189 Fe 7

LUNES DÍA 29 MARTES DÍA 30 MIERCOLES DÍA 31 JUEVES VIERNES

Macarrones con tomate (sin gluten)

Patatas con bonito

Arroz blanco con tomate

Salmón a la marinera con ensalada

Lomo ibérico con ensalada

Filete de pollo a la plancha con patatas

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 519 P 26 L 22 HC 58 Ca 55 Fe 2