

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	DÍA 1	VIERNES	DÍA 2
			Arroz abanda		Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)	
			Filete de pollo con ensalada		Lenguado a la plancha con ensalada	
			Fruta		Fruta	
			Kcal 539 P 31 L 16 HC 46 Ca 52 Fe 3		Kcal 661 P 41 L 32 HC 54 Ca 193 Fe 8	

LUNES	DÍA 5	MARTES	DÍA 6	MIERCOLES	DÍA 7	JUEVES	DÍA 8	VIERNES	DÍA 9
Arroz con tomate				Patatas con bonito					
Huevos fritos con patatas		<b>FIESTA</b>		Lomo ibérico con ensalada		<b>FIESTA</b>		<b>FIESTA</b>	
Fruta				Fruta					
Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 86 Fe 4				Kcal 595 P 52 L 28 HC 33 Ca 51 Fe 5					

LUNES	DÍA 12	MARTES	DÍA 13	MIERCOLES	DÍA 14	JUEVES	DÍA 15	VIERNES	DÍA 16
Coditos napolitana		Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)		Puré de calabaza		Sopa de cocido		Judías verdes con jamón	
Merluza a la plancha con ensalada		Jamonicitos de pollo con ensalada		Filete de lenguado a la plancha con ensalada		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)		Ternera asada a la jardinera con ensalada	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
Kcal 596 P 43 L 24 HC 53 Ca 114 Fe 5		Kcal 697 P 41 L 25 HC 80 Ca 123 Fe 8		Kcal 566 P 27 L 8 HC 49 Ca 112 Fe 4		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		Kcal 690 P 23 L 14 HC 46 Ca 188 Fe 4	

LUNES	DÍA 20	MARTES	DÍA 19	MIERCOLES	DÍA 21	JUEVES	DÍA 22	VIERNES	DÍA 23
Macarrones boloñesa		Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla, tocino)				Arroz blanco con tomate			
Filete de lenguado a la plancha con ensalada		Ragout de ternera con ensalada		<b>COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD</b>		Huevos fritos con patatas		<b>VACACIONES</b>	
Fruta		Fruta				Fruta			
Kcal 588 P 42 L 24 HC 51 Ca 104 Fe 5		Kcal 701 P 48 L 29 HC 62 Ca 144 Fe 10				Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 86 Fe 4			

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES