

#

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 1
-------	--------	-----------	--------	---------	-------

VACACIONES
NAVIDAD

LUNES	DÍA 4	MARTES	DÍA 5	MIERCOLES	DÍA 6	JUEVES	DÍA 7	VIERNES	DÍA 8
-------	-------	--------	-------	-----------	-------	--------	-------	---------	-------

VACACIONES
NAVIDAD

VACACIONES
NAVIDAD

VACACIONES
NAVIDAD

VACACIONES
NAVIDAD

Arroz blanco con tomate

Huevos fritos con
salchichas

Fruta – lácteo

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

LUNES	DÍA 11	MARTES	DÍA 12	MIERCOLES	DÍA 13	JUEVES	DÍA 14	VIERNES	DÍA 15
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Macarrones con atún

Acelgas Rehogadas

Canelones Rossini

Sopa de cocido (sin
garbanzos)

Puré de zanahoria

Filete de pollo con
ensalada

Jamón asado en su jugo
con ensalada

Lenguado a la romana con
ensalada

Filete 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 557 P 31 L 31 HC 42 Ca 307 Fe 10

Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 66 Fe 4

Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 17

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

LUNES	DÍA 18	MARTES	DÍA 19	MIERCOLES	DÍA 20	JUEVES	DÍA 21	VIERNES	DÍA 22
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Coditos carbonara

Crema de calabaza

Brócolis rehogado

Paella valenciana

Espinacas a la crema

Merluza en salsa verde con
ensalada

Jamocitos de pollo en
pepitoria con arroz blanco

Filete de ternera a la
plancha con ensalada

Calamares a la andaluza
con ensalada

Huevos fritos con patatas

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

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

Kcal 641 P 26 L 36 HC 34 Ca 116 Fe 5

Kcal 510 P 35 L 23 HC 16 Ca 194 Fe 7

Kcal 801 P 63 L 33 HC 62 Ca 265 Fe 17

Kcal 545 P 24 L 37 HC 32 Ca 414 Fe 5

LUNES	DÍA 25	MARTES	DÍA 26	MIERCOLES	DÍA 27	JUEVES	DÍA 28	VIERNES	DÍA 29
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Arroz con tomate

Crema de puerros

Puré de zanahoria

Sopa de cocido (sin
garbanzos)

Macarrones a la romana

Albóndigas de ternera con
ensalada

Mero a la bilbaina con
ensalada

Croquetas y empanadillas
con jamón york

Filete de ternera a la
plancha con ensalada

Salmón a la marinera con
ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

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

Kcal 537 P 31 L 22 HC 57 Ca 103 Fe 5

Kcal 668 P 26 L 33 HC 71 Ca 334 Fe 7

Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 17

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

#