

LUNES 4
Arroz al horno
Delicias de Merluza
Ens de lechuga y Zanah
Fruta Temporada. Pan y Agua
718 Kcal. 20,88g Prot. 87,39g H.C. 41,58g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

LUNES 11
Lentejas con chorizo
Tortilla Española
Ens de lechuga y tomate
Fruta Temporada. Pan y Agua
760 Kcal. 30,81g Prot. 66,45g H.C. 37,62g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

LUNES 25
VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 5
Crema de Calabaza
Canelones al Horno
Ens de lechuga y maíz
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
530 Kcal. 17,71g Prot. 51,52g H.C. 26,67g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MARTES 12
Arroz con tomate
Lomo a la Plancha
Ensalada mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
622 Kcal. 19,72g Prot. 65,32g H.C. 30,44g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 26
VACACIONES DE NAVIDAD

MIÉRCOLES 6
FESTIVO

MIÉRCOLES 13
Espirales a la Carbonara
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Temporada, Pan y Agua
713 Kcal. 29,47g Prot. 74,77g H.C. 31,17g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 20
COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD



MIÉRCOLES 27
VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 7
NO LECTIVO

JUEVES 14
Crema de Puerros
Contramuslo de Pollo
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
576 Kcal. 24,59g Prot. 43,83g H.C. 32,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

JUEVES 21
Sopa de Cocido
Cocido Completo
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
617 Kcal. 28,77g Prot. 59,48g H.C. 29,4g Lip.

JUEVES 28
VACACIONES DE NAVIDAD

VIERNES 1
Crema Dubarry
Tortilla fr. de Jamón York
Patatas Dado
Fruta Temporada, Pan y Agua
595 Kcal. 22,23g Prot. 51,41g H.C. 31,53g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Lomo

VIERNES 15
Sopa de Lluvia
Albóndigas a la Jardinera
Verduritas Dado
Fruta Temporada, Pan y Agua
596 Kcal. 19,2g Prot. 62,31g H.C. 25,65g Lip.

VIERNES 22
Crema Hortelana
Huevos a la Villarroy
Arroz Pilaf
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
553 Kcal. 14,96g Prot. 62,77g H.C. 25,98g Lip.

VIERNES 29
VACACIONES DE NAVIDAD

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuzes
- 🌾 - gluten
- 🍯 - mostaza
- 🥥 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌾 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐚 - moluscos
- 🧂 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

