

[Empty menu box]

[Empty menu box]

[Empty menu box]

[Empty menu box]

VIERNES 1
 Crema Dubarry
 Guisantes Rehogados
 Tortilla fr. de Jamón York 🍷 ⚠️
 Cinta de lomo a la Plancha
 Patatas Dado
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 743 Kcal. 27,79g Prot. 64,27g H.C. 39,4g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Lomo

LUNES 4
 Arroz al horno
 Trío de Verduras
 Delicias de Merluza 🍷 🍷 🍷 ⚠️
 Merluza a la Riojana 🍷
 Ens de lechuga y Zanah 🍷
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 956 Kcal. 26,08g Prot. 109,24g H.C. 51,96g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

MARTES 5
 Crema de Calabaza 🍷
 Alcachofas al Ajo
 Canelones al Horno 🍷 🍷 ⚠️
 Gallo San Pedro a la Plancha
 Ens de lechuga y maíz 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 662 Kcal. 22,13g Prot. 64,39g H.C. 33,32g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 6
 FESTIVO

JUEVES 7
 NO LECTIVO

VIERNES 8
 FESTIVO

LUNES 11
 Lentejas con chorizo ⚠️
 Crema de zanahorias
 Tortilla Española 🍷
 Escalopines en Salsa
 Ens de lechuga y tomate 🍷
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 950 Kcal. 38,5g Prot. 83g H.C. 47,03g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

MARTES 12
 Arroz con tomate
 Espinacas con patatas
 Lomo a la Plancha
 Bacalao en salsa Verde 🍷
 Ensalada mixta 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 777 Kcal. 24,65g Prot. 81,65g H.C. 38,05g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 13
 Espirales a la Carbonara 🍷 🍷 🍷 ⚠️
 Salteado Campesino
 Merluza Enharinada 🍷 🍷
 Merluza en Salsa Verde 🍷
 Ens de Lechuga y Zanah 🍷
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 891 Kcal. 36,81g Prot. 93,46g H.C. 38,95g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

JUEVES 14
 Crema de Puerros
 Brócoli Salteado
 Contramuslo de Pollo
 Bienmesabe 🍷 🍷 🍷
 Patatas Fritas
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 720 Kcal. 30,74g Prot. 54,79g H.C. 40,49g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Huevo

VIERNES 15
 Sopa de Lluvia 🍷 🍷
 Judías verdes a la Portuguesa
 Albóndigas a la Jardinera ⚠️
 Platija a la Espalda 🍷 🍷
 Verduritas Dado
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 745 Kcal. 23,99g Prot. 77,88g H.C. 32,05g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

LUNES 18
 Paella Valenciana
 Acelgas Sacereñas
 Gallo San Pedro a la Andaluza 🍷 🍷
 Hamburguesa a la Plancha ⚠️
 Ens de Lechuga y Maíz 🍷
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 878 Kcal. 34,58g Prot. 102,77g H.C. 34,75g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

MARTES 19
 Judías Verdes Rehogadas
 Lombarda con Manzana
 Magro Estofado
 Bacalao Orly 🍷 🍷 🍷
 Patatas Dado
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷
 683 Kcal. 31,01g Prot. 59,29g H.C. 33,39g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 20
 COMIDA ESPECIAL
 DE NAVIDAD


JUEVES 21
 Sopa de Cocido 🍷 🍷
 Repollo al Ajoarriero
 Cocido Completo
 Platija a la Plancha 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 771 Kcal. 35,94g Prot. 74,36g H.C. 36,74g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

VIERNES 22
 Crema Hortelana
 Guisantes a la Francesa
 Huevos a la Villarroy 🍷 🍷 🍷 ⚠️
 Pollo al Ajillo
 Arroz Pilaf
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 691 Kcal. 18,69g Prot. 78,46g H.C. 32,47g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pollo

LUNES 25
 VACACIONES DE
 NAVIDAD

MARTES 26
 VACACIONES DE
 NAVIDAD

MIÉRCOLES 27
 VACACIONES DE
 NAVIDAD

JUEVES 28
 VACACIONES DE
 NAVIDAD

VIERNES 29
 VACACIONES DE
 NAVIDAD

LEYENDA

- 🍷 - cacahuete
- 🍷 - mostaza
- 🍷 - apio
- 🍷 - soja
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - altramuces
- 🍷 - frutos de cáscara
- 🍷 - crustáceos
- 🍷 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍷 - gluten
- 🍷 - pescado
- 🍷 - huevo
- 🍷 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Primaria y Secundaria

