

[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

