



LUNES

DÍA 3

ESPIRALES A LA BOLONESA CON QUESO RALLADO
ENSALADA DE TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y LECHUGA
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
659	30	21	87

DÍA 10

CREMA DE ZANAHORIAS

LOMO ASADO EN SU JUGO CON PATATAS
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
791	21	37	93

DÍA 17

MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO
ROTTI DE PAVO ASADO CON VERDURAS AL HORNO
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
682	37	20	88

DÍA 24

NOCHEBUENA

DÍA 31

NOCHEVIEJA

MARTES

DÍA 4

CREMA DE CALABAZA

PAVO EN PEPITORIA CON PATATAS

YOGUR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
628	28	24	76

DÍA 11

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
549	16	18	81

DÍA 18

CREMA DE CALABACÍN

BUÑUELOS DE BACALAO CON TOMATE Y PATATAS COCIDAS
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
626	24	15	99

DÍA 25

DIA DE NAVIDAD

MIÉRCOLES

DÍA 5

ARROZ CON POLLO Y VERDURAS

EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA

ZUMO DE NARANJA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
695	17	23	106

DÍA 12

LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO

SARDINILLAS EN ACEITE CON RODAJAS DE TOMATE
YOGUR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
574	29	23	64

DÍA 19

SOPA DE COCIDO

COCIDO COMPLETO

FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
603	22	16	94

DÍA 26

VACACIONES NAVIDAD

JUEVES

DÍA 6

FESTIVO

DÍA 13

SOPA DE ESTRELLITAS CON VERDURAS
POLLO AL HORNO CON PATATAS FRITAS
FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
549	24	18	72

DÍA 20

PAELLA DE VERDURAS

HUEVOS FRITOS CON PATATAS

YOGUR LÍQUIDO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
785	26	35	92

DÍA 27

VACACIONES NAVIDAD

VIERNES

DÍA 7

NO LECTIVO

DÍA 14

FIDEUA DE PAVO CON VERDURAS
LOMOS DE MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA
MELOCOTÓN EN ALMÍBAR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	33	24	102

DÍA 21

PANINI DE YORK Y QUESO CON TOMATE CHERRY AL ORÉGANO
FINGERS DE POLLO EMPANADOS CON SALSA DE MOSTAZA Y MIEL
TARTA DE CHOCOLATE CASERA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
613	33	10	98

DÍA 28

VACACIONES NAVIDAD



LUNES

DÍA 3

CREMA DE ZANAHORIA
PALOMETA A LA PLANCHA CON
ENSALADA
FRUTA

DÍA 10

CREMA DE ESPINACAS
CHULETA DE PAVO CON PATATA
COCIDA
FRUTA

DÍA 17

CHAMPIÑONES AL AJILLO
ATÚN AL HORNO CON VERDURITAS
FRUTA

DÍA 24

FESTIVO

DÍA 31

FESTIVO

MARTES

DÍA 4

ALCACHOFAS SALTEADAS CON
PATATAS
FILETE DE TERNERA CON ENSALADA
FRUTA

DÍA 11

SOPA DE FIDEOS
MERLUZA EN SALSA VERDE
FRUTA

DÍA 18

MACARRONES CON VERDURAS
NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA
FRUTA

DÍA 25

NO LECTIVO

MIÉRCOLES

DÍA 5

MENESTRA DE VERDURAS CON BACÓN
COSTILLAS DE CERDO ASADAS CON
ENSALADA
FRUTA

DÍA 12

TEMPURA DE VERDURAS
TORTILLA DE ATÚN CON ZANAHORIAS
BABY
FRUTA

DÍA 19

PARRILLADA DE VERDURAS
ESCALOPE DE TERNERA CON
ENSALADA
FRUTA

DÍA 26

NO LECTIVO

JUEVES

DÍA 6

FESTIVO

DÍA 13

CREMA DE VERDURAS CON
PICATOSTES
POLLO ASADO CON PATATAS
YOGUR

DÍA 20

MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN
BACALAO CON TOMATE Y PATATA
PANADERA
YOGUR

DÍA 27

NO LECTIVO

VIERNES

DÍA 7

NO LECTIVO

DÍA 14

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
LENGUADO EN PAPILOTE CON
VERDURITAS
FRUTA

DÍA 21

PURÉ DE CALABAZA
HAMBURGUESA DE POLLO CON
ENSALADA
FRUTA

DÍA 28

NO LECTIVO