



## Lunes



<b>4</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	713	97	23	29

Arroz blanco con tomate frito  
Albóndigas con salsa de verduras  
Salteado de verduras dado

Fruta de temporada

## Martes



<b>5</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	674	88	23	28

Sopa de fideos s/g-h

Cocido completo

Yogur

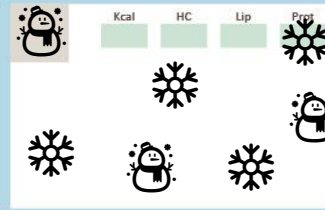
## Miércoles



<b>6</b>	Kcal	HC	Lip	Prot

**Festivo**

## Jueves



<b>7</b>	Kcal	HC	Lip	Prot

**No lectivo**

## Viernes

<b>1</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	752	70	43	22

Crema de verduras al natural  
Huevos revueltos con patatas y salchichas

Fruta de temporada

<b>8</b>	Kcal	HC	Lip	Prot

**Festivo**

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Documento de Consenso sobre Alimentación en los Centros Educativos de ámbito nacional

<b>11</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	537	58	25	19

Crema de verduras  
Huevos fritos con salchichas de Frankfurt

Fruta de temporada

<b>12</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	590	87	16	24

Arroz salteado con boloñesa  
Filete de merluza al horno con ajo y perejil  
Salteado de guisantes y zanahoria  
Fruta de temporada

<b>13</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	565	67	19	31



Sopa de fideos s/g-h  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Patatas asadas

Yogur

<b>14</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	605	80	20	16

Salteado de judías verdes , patata y zanahoria  
Filete de pollo a la plancha  
Fruta de temporada

<b>15</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	707	95	23	29

Alubias blancas guisadas  
Filete de merluza a la plancha  
Ensalada de lechuga , naranja y maíz  
Gelatina

<b>18</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	586	89	15	23

Arroz blanco con tomate  
Hamburguesa de ternera a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

<b>19</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	627	85	20	24

Sopa de fideos s/g-h  
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

<b>20</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	657	91	17	30

Pasta s/g-h con salsa de queso  
Merluza a la gallega  
Patatas cachelo  
Helado

<b>21</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	753	96	28	27

Alubias a la hortelana  
Tortilla de patata  
Verduras salteadas

Fruta de temporada

<b>22</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	715	100	24	25

Crema de zanahoria natural  
Pizza sin alergenos

Yogur

<b>25</b>	Kcal	HC	Lip	Prot

**Festivo**



<b>28</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	XXX	XX	XX	XX

**Vacaciones de Navidad**

<b>29</b>	Kcal	HC	Lip	Prot
	1	1	1	1

**Vacaciones de Navidad**

