



Lunes



4	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



5	Kcal	HC	Lip	Prot
	674	88	23	28

Sopa de fideos s/g-h

Cocido completo

Yogur

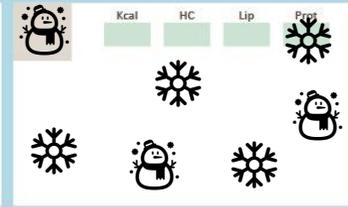
Miércoles



6	Kcal	HC	Lip	Prot

Festivo

Jueves



7	Kcal	HC	Lip	Prot

No lectivo

Viernes

1	Kcal	HC	Lip	Prot
	752	70	43	22

Crema de verduras al natural
Salchichas Frankfurt a la plancha

Fruta de temporada

8	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

11	Kcal	HC	Lip	Prot
	537	58	25	19

Crema de verduras
Salchichas de Frankfurt

Fruta de temporada

12	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

13	Kcal	HC	Lip	Prot
	565	67	19	31

Sopa de pasta s/h
Cinta de lomo adobado a la plancha
Patatas asadas

Yogur

14	Kcal	HC	Lip	Prot
	605	80	20	16

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

15	Kcal	HC	Lip	Prot
	707	95	23	29

Alubias blancas guisadas
Nuggets de pollo
Ensalada de lechuga , naranja y maíz
Gelatina

18	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

19	Kcal	HC	Lip	Prot
	627	85	20	24

Sopa de fideos s/h
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

20	Kcal	HC	Lip	Prot
	657	91	17	30

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

21	Kcal	HC	Lip	Prot
	753	96	28	27

Lentejas a la hortelana
Cinta de lomo a la plancha
Verduras salteadas

Fruta de temporada

22	Kcal	HC	Lip	Prot
	715	100	24	25

Crema de zanahoria natural
Pizza de jamón sin alérgenos

Yogur

25	Kcal	HC	Lip	Prot

Festivo



28	Kcal	HC	Lip	Prot
	XXX	XX	XX	XX

Vacaciones de Navidad

29	Kcal	HC	Lip	Prot
	1	1	1	1

Vacaciones de Navidad

