



(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Lácteos	2 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	3 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Fruta	5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	6 FESTIVO (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	7 FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Fruit (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	8 FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Dairy (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	9 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	10 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16
11 Judías verdes con patatas Croquetas de pollo con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Chicken croquettes with lettuce & olives Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	13 Espirales con tomate Caella adobada con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Pickled blue shark with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	14 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	16 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	17 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	Kcal: 694 HC: 87 Prot: 30 Lip: 27
18 Patatas con magro Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Dairy dessert and bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	23 (**) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Ready cooked with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	24 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Dairy (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 677 HC: 78 Prot: 29 Lip: 30
25 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	26 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	27 (**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	28 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit (*) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	29 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	30 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos	31 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16
11 Judías verdes con patatas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Kassler with lettuce & olives Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Espirales con tomate Caella en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan Spirals with tomato sauce Blue shark in gravy with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	14 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread	Kcal: 703 HC: 83 Prot: 31 Lip: 29
18 Patatas con magro Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Dairy dessert and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 682 HC: 80 Prot: 29 Lip: 30
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
DIETA SIN CERDO Y SIN MARISCO				1 Coliflor con patatas (eco) Estofado de pavo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Turkey stew with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 533 HC: 65 Prot: 21 Lip: 23
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Crema de zanahoria Albóndigas de ternera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Beef meatballs with menestra Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	Kcal: 583 HC: 79 Prot: 29 Lip: 18
11 Judías verdes con patatas Croquetas de pollo con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Chicken croquettes with lettuce & olives Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Espirales con tomate Caella adobada con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Pickled blue shark with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	14 Sopa de fideos Cocido completo (sin chorizo) Postre lácteo y pan Noodle soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Dairy dessert and bread	15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread	Kcal: 672 HC: 88 Prot: 29 Lip: 25
18 Patatas guisadas Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Stewed potatoes Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	21 Crema de verduras Pavo en salsa con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Turkey with gravy with boiled potatoes Dairy dessert and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 688 HC: 77 Prot: 30 Lip: 32
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>INTOLERANTE AL PESCADO (PUEDE COMER ATÚN ENLATADO, MARISCO, EMPERADOR Y BOQUERONES)</p>				<p>1</p> <p>Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 641</p> <p>HC: 62</p> <p>Prot: 21</p> <p>Lip: 36</p>
<p>4</p> <p>Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>8</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcal: 620</p> <p>HC: 79</p> <p>Prot: 24</p> <p>Lip: 16</p>
<p>11</p> <p>Judías verdes con patatas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Kassler with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>13</p> <p>Espirales con tomate Filete de pollo con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Chicken steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread</p>	<p>14</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread</p>	<p>15</p> <p>Arroz con pollo Estofado de pavo con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Turkey stew with sautéed mushrooms Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 706</p> <p>HC: 82</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 30</p>
<p>18</p> <p>Patatas con magro Tortilla francesa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Lentejas a la jardinera Ternera en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Beef in sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread</p>	<p>21</p> <p>Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Dairy dessert and bread</p>	<p>22</p> <p>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</p>	<p>Kcal: 652</p> <p>HC: 79</p> <p>Prot: 27</p> <p>Lip: 27</p>
<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16
11 Judías verdes con patatas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Kassler with lettuce & olives Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Espirales con tomate Caella adobada con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Pickled blue shark with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	14 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread	Kcal: 715 HC: 83 Prot: 32 Lip: 30
18 Patatas con magro Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Dairy dessert and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 677 HC: 78 Prot: 29 Lip: 30
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
INTOLERANTE A LA LACTOSA Y ALÉRGICO AL PESCADO				1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16
11 Judías verdes con patatas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Kassler with lettuce & olives Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Espirales con tomate Filete de pollo con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Chicken steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	14 Sopa de cocido Cocido completo Postre Especial y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Special desserts and bread	15 Arroz con pollo Estofado de pavo con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Turkey stew with sautéed mushrooms Fruit and bread	Kcal: 706 HC: 82 Prot: 30 Lip: 30
18 Patatas con magro Tortilla francesa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Lentejas a la jardinera Ternera en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Beef in sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre Especial y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Special desserts and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 652 HC: 79 Prot: 27 Lip: 27
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36
ALÉRGICO A LA LECHE Y CHOCOLATE				8 FESTIVO	Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16
4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread	Kcal: 715 HC: 83 Prot: 32 Lip: 30
11 Judías verdes con patatas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Kassler with lettuce & olives Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Espirales con tomate Caella adobada con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Pickled blue shark with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	14 Sopa de cocido Cocido completo Postre Especial y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Special desserts and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 677 HC: 78 Prot: 29 Lip: 30
18 Patatas con magro Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre Especial y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Special desserts and bread	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
25	26	27	28		



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>CELIACO Y ALÉRGICO A LA MANZANA, FRUTAS ATERCIOPELADAS Y CON HUESO (EXCEPTO CEREZAS)</p>				<p>1 Coliflor con patatas (eco) Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cauliflower with potatoes Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 641 HC: 62 Prot: 21 Lip: 36</p>
<p>4 Lentejas con verduras Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable lentils Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>5 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Cream of carrot Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>7 FESTIVO</p>	<p>8 FESTIVO</p>	<p>Kcal: 620 HC: 79 Prot: 24 Lip: 16</p>
<p>11 Judías verdes con patatas Croquetas de pollo con lechuga y olivas negras Fruta y pan Green beans with potatoes Chicken croquettes with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>13 Espirales con tomate Caella adobada con lechuga y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Pickled blue shark with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread</p>	<p>14 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread</p>	<p>15 Arroz con pollo Filete de merluza con champiñones salteados Fruta y pan Rice with chicken Hake steak with sautéed mushrooms Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 694 HC: 87 Prot: 30 Lip: 27</p>
<p>18 Patatas con magro Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Pork & potato stew Tuna omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>19 Arroz napolitana Jamoncitos de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Chicken drumsticks with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables lentils Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread</p>	<p>21 Crema de verduras Lacón a la gallega con patatas cocidas Postre lácteo y pan Vegetable cream Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Dairy dessert and bread</p>	<p>22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</p>	<p>Kcal: 677 HC: 78 Prot: 29 Lip: 30</p>
<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>