

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Día 1 Espirales a la napolitana  Bacalao rebozado   Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas atún y zanahoria Plátano Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 703 32,2 78,4 26,7	Día 2 Crema de verduras (patata, judías verdes, acelgas, calabacín, zanahoria y espinacas) Albóndigas de ternera en salsa   Patatas panadera  Fruta / yogur  Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 695 35,8 73,9 24,4	Día 3 Judías blancas estofadas  Tortilla española con mahonesa   Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas atún y zanahoria Naranja Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 709 32,8 75,7 25,1	Día 4 Patatas a la marinera     Pechuga de pollo en salsa  Salteado de verduras Pera Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 709 32,8 73,5 22,1
Día 7 Día de la Constitución	Día 8 Día de la Inmaculada Concepción	Día 9 Macarrones con queso gratinados   Filete de panga empanado   Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas queso fresco y zanahoria Plátano Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 699 32,2 76,5 21,1	Día 10 Guisantes con jamón, patata y huevo duro   PEQUES: Puré de verduras Solomillos en salsa a la pimienta  Patatas rizadas  Natillas   /Pera Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 708 36,6 75,2 25,1	Día 11 Sopa de fideos  Cocido completo Garbanzos, verduras, patata, ternera, pollo, morcilla  Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Naranja Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 770 35,8 95,1 29,4
Día 14 Crema de calabacín  Albóndigas de pollo en salsa de vino blanco   Champiñón al ajillo Manzana Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 699 34,8 73,4 23,7	Día 15 Canelones a la italiana   Peques: Macarrones napolitana  Filete de atún empanado    Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas queso fresco y zanahoria Plátano Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 717 33,2 73,2 27,9	Día 16 Lentejas a la hortelana  Huevos duros con salsa de tomate, guisantes y picadillo de jamón   Patatas panadera  Mandarina Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 709 34,5 79,2 22,4	Día 17 Arroz con tomate y picadillo de salchichas Lomo adobado Calabacín rebozado  Yogur  /fruta Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 702 34,5 80,1 24,4	Día 18 Espirales a la parmesana (nata y queso)   Merluza a la romana    Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas queso fresco y zanahoria Pera Pan  y agua Kcal Prot HCar Lipid 701 33,2 73,2 26,2
Día 21 COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD	Día 22 Macarrones napolitana  San jacobó   Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Melocotón en almíbar Pan  y agua HCar Prot HCar Lipid 700 33,1 20,7 23,1			

