

LUNES 2
VACACIONES DE
NAVIDAD

MARTES 3
VACACIONES DE
NAVIDAD

MIÉRCOLES 4
VACACIONES DE
NAVIDAD

JUEVES 5
VACACIONES DE
NAVIDAD

VIERNES 6
VACACIONES DE
NAVIDAD

LUNES 9
Sopa de Letras
Supremas de Merluza
Ensalada Mezclum
P. Lácteo Fruta, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
612 Kcal. 16,3% Prot. 47,1% H.C. 36,4% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MARTES 10
Lentejas a la Burgalesa
Tortilla Española
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
828 Kcal. 20,5% Prot. 50,1% H.C. 29,2% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 11
Judías Verdes con Jamón
Paella Valenciana
Ensalada Mixta
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
689 Kcal. 22,9% Prot. 51% H.C. 25,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 12
Crema de Calabaza
Pollo al Limón
Patatas Panadera
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
602 Kcal. 14,3% Prot. 44% H.C. 40,1% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 13
Macarrones Amatriciana
Merluza en Salsa
Ens de Lechuga y Cebolla
Yogur o Frua, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
757 Kcal. 19% Prot. 45,4% H.C. 35,3% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

LUNES 16
Arroz con Tomate
Delicias de Pescado
Verduritas Dado
P. Lácteo Fruta, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
795 Kcal. 16,2% Prot. 56,5% H.C. 27% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 17
Crema Hortelana
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Fritas
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
629 Kcal. 20,2% Prot. 39,9% H.C. 39,7% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 18
Estofado de Garbanzos
Tortilla Francesa con Atún
Zanahoria Baby
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
723 Kcal. 20,5% Prot. 44% H.C. 25,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 19
Guisantes a la Francesa
Cuditos a la Boloñesa
Ensalada del Chef
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
824 Kcal. 17,5% Prot. 39,7% H.C. 42,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 20
Sopa de Estrellitas
Escalope de Pollo
Ens de Lechuga y Maiz
Yogur o Frua, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
689 Kcal. 11,7% Prot. 40,7% H.C. 47,2% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 23
Menestra con Jamón
Fideua Alicantina
Ens de Lechuga y Tomate
P. Lácteo Fruta, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
748 Kcal. 21,2% Prot. 49,6% H.C. 28,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 24
DÍA NO LECTIVO
NTRA. SRA. DE LA
PAZ
Patata de Alocabandas

MIÉRCOLES 25
Crema de Puerros
Tortilla Francesa de Jamón
Patatas Fritas
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
828 Kcal. 11,6% Prot. 51,3% H.C. 36,7% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

JUEVES 26
Arroz con Verduras
Merluza a la Riojana
Verduritas
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
668 Kcal. 17,7% Prot. 41,2% H.C. 40,5% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

VIERNES 27
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Yogur o Frua, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
849 Kcal. 20,1% Prot. 41,9% H.C. 37,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 30
Espaguetis con Atún
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
P. Lácteo Fruta, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
715 Kcal. 14,8% Prot. 41,5% H.C. 43,5% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 31
Crema Dubarry
Arroz a la Milanese
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Temporada, Pan y Agua
MERIENDA: Boocadillo Variado
632 Kcal. 16% Prot. 40,8% H.C. 42,8% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🥜 - altramuces
- 🍷 - gluten
- 🍷 - mostaza
- 🐞 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🍷 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌱 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐌 - moluscos
- 🧴 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Primaria y Secundaria

