

MES: diciembre-22

MENÚ: (06) - NO CARNE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
			1 Crema de verduras Merluza encebollada Ensalada Yogur y pan integral	2 Espirales pomodoro Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	kcl: 707,7 Prot: 25,3 HC: 87,2 Lip: 25,8
5 FESTIVO	6 FESTIVO	7 Lentejas estofadas Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	8 FESTIVO	9 Borrajá con patatas Salmón al horno Fruta y pan	kcl: 692,3 Prot: 24,0 HC: 91,5 Lip: 23,1
12 Guiso de alubias Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	13 Macarrones a la napolitana Tortilla de atún Ensalada Fruta y pan integral	14 Crema de zanahoria Tiras de mar (pota) rebozadas Ensalada Fruta y pan	15 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada Yogur y pan integral	16 Lentejas a la campesina Albóndigas de merluza y pota a la griega Fruta y pan	kcl: 704,9 Prot: 25,5 HC: 91,2 Lip: 24,0
19 Potaje de garbanzos Medallón de salmón y calabaza con salsa de tomate Fruta y pan	20 Sopa de verduras Tortilla de patata Ensalada Fruta y pan integral	21 Crema de calabacín Pizza casera de quesos Ensalada Fruta y pan	22 Espirales pomodoro Cazuela de cazón en amarillo Ensalada Yogur y pan integral	23 VACACIONES DE NAVIDAD	kcl: 704,3 Prot: 25,1 HC: 92,6 Lip: 23,5
26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD	30 VACACIONES DE NAVIDAD	