

## LUNES 2

CREMA DE CALABAZA  
FILETE DE SAJONIA CON  
PIMIENTOS  
FRUTA

Kcal 622,5/ Prot 24,4g/ Lip 17g/ Hcar 83,4 g

## MARTES 3

ARROZ CON TOMATE  
ESTOFADO DE PAVO CON  
GUARNICIÓN  
FRUTA

Kcal 620/ Prot 30,3 g/ Lip 17,3g/ Hcar 78,2 g

## MIÉRCOLES 4

LENTEJAS JARDINERA  
MERLUZA EN SALSA DE CEBOLLA  
FRUTA

Kcal 621/ Prot 30,1g/ Lip 18g/ Hcar 74 g

## JUEVES 5

PURÉ DE VERDURAS  
LOMO EN SALSA DE PIÑA  
YOGUR

Kcal 560/ Prot 18 / Lip 20,6 g/ Hcar 70,2 g

## VIERNES 6

**FESTIVO**

## LUNES 9

**FESTIVO**

## MARTES 10

MACARRONES CON TOMATE  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ESPAÑOLA  
FRUTA

Kcal 622,4/ Prot 19,5g/ Lip 29,7g/ Hcar 69,1 g

## MIÉRCOLES 11

CREMA DE ZANAHORIA  
PECHUGA DE POLLO CON  
ENSALADA  
FRUTA

Kcal 542,48 / Prot 29,6 g/ Lip 20,7 g/ Hcar 59,5 g

## JUEVES 12

COCIDO COMPLETO  
YOGURT

Kcal 697,6/ Prot 26,6g / Lip 24,4g / Hcar 83,9g

## VIERNES 13

PATATAS GUIADAS  
CROQUETAS DE JAMÓN CON  
ENSALADA  
FRUTA

Kcal 686,6 / Prot 25,5 g / Lip 31,2g / Hcar 76g

## LUNES 16

MACARRONES CON CHORIZO  
FILETE DE PAVO CON PIMIENTOS  
FRUTA

Kcal 624,4/ Prot 25,7 g / Lip 24,1g / Hcar 78,1 g

## MARTES 17

JUDÍAS VERDES AJO ARRIERO  
POLLO ASADO CON ZANAHORIA  
FRUTA

Kcal 656,1 / Prot 33,2 g / Lip 13,4 g / Hcar 82g

## MIÉRCOLES 18

SOPA DE LLUVIA  
TORTILLA DE PATATA CON  
ENSALADA  
FRUTA

Kcal 622,6/ Prot 24,7g / Lip 17,1g / Hcar 80,8g

## JUEVES 19

CREMA DE CALABACÍN  
MERLUZA EN SALSA DE  
GUISANTES  
FRUTA

Kcal 570, 81/ Prot 18 g / Lip 26 g / Hcar 66,2 g

## VIERNES 20

ARROZ CON TOMATE  
TERNERA ASADA CON PATATAS  
CHIPS  
YOGURT

Kcal 620/ Prot 30,3 g / Lip 17,3g / Hcar 78,2

## LUNES 23



## MARTES 24

**FELICES VACACIONES**

## MIÉRCOLES 25

## JUEVES 26

## VIERNES 27

## LUNES 30

**DE NAVIDAD**

## MARTES 31

## MIÉRCOLES 1

## JUEVES 2



## VIERNES 3