

DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18

DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18 DICIEMBRE 18



## LUNES

3 de Diciembre

Aroz a la cubana 🍌  
 Bacalao romana c/ensalada 🍌🍌🍌  
 Yogur 🍌  
 698,12 Kcal  
 Hdc:66,81g / lip:32,67g / pro:30,32g

10 de Diciembre

Potaje de garbanzos 🍌🍌  
 Pollo al horno c/patatas dado 🍌  
 Yogurt 🍌  
 752,21 Kcal  
 Hdc:62,15g / lip:37,11g / pro:41,18g

17 de Diciembre

Repollo rehogado 🍌  
 Tortilla de patatas c/ jamon 🍌  
 Yogur 🍌  
 813,16 Kcal  
 Hdc:71,62g / lip:35,29g / pro:27,26g

N



## MARTES

4 de Diciembre

Judias rehogadas 🍌  
 Jamon asado con patatas dado 🍌  
 Fruta 🍌  
 520,11 Kcal  
 Hdc:74,36g / lip:12,20g / pro:35,76g

11 de Diciembre

Macarrones c/tomate y queso gratinado 🍌🍌🍌  
 Palometa en salsa c/ patatas 🍌🍌  
 Fruta 🍌  
 586,19 Kcal  
 Hdc:70,13g / lip:20,98g / pro:27,88g

18 de Diciembre

Coditos c/tomate y queso 🍌🍌🍌  
 Merluza romana c/ensalada 🍌🍌🍌  
 Fruta 🍌  
 631,19 Kcal  
 Hdc:70,13g / lip:25,98g / pro:27,88g

A



## MIÉRCOLES

5 de Diciembre

Empanada de pollo 🍌  
 Merluza a la plancha c/ensalada 🍌🍌  
 Petitsuis 🍌  
 812,19 Kcal  
 Hdc:87,13g / lip:30,10g / pro:22,11g

12 de Diciembre

Lentejas con verdura 🍌  
 Lomo adobado con patatas 🍌  
 Yogurt 🍌  
 763,23 Kcal  
 Hdc:82,41g / lip:31,16g / pro:33,15g

19 de Diciembre

Caldo gallego 🍌  
 Albondigas con arroz 🍌  
 Yogur bebible 🍌  
 880,11 Kcal  
 Hdc:60,19g / lip:38,67g / pro:35,10g

D



## JUEVES

6 de Diciembre

FESTIVO

13 de Diciembre

Entremeses 🍌🍌  
 Adadejo romana c/ensalada 🍌🍌  
 Fruta 🍌  
 627,26 Kcal  
 Hdc:78,12g / lip:30,62g / pro:34,14g

20 de Diciembre

Pizza 🍌🍌  
 Pechuga de pollo c/ ensalada 🍌  
 Postres navideños 🍌🍌🍌  
 Coca- cola s/cafeina 🍌  
 798,97 Kcal  
 Hdc:70,11g / lip:52,11g / pro:20,37g

A



## VIERNES

7 de Diciembre

NO LECTIVO

14 de Diciembre

Crema de zanahoria y puerro 🍌  
 Ternera guisada 🍌  
 Natillas vainilla 🍌  
 523,12 Kcal  
 Hdc:79,98g / lip:15,36g / pro:10,98g

21 de Diciembre

Sopa de ave y fideo 🍌🍌  
 Milanesa con patatas 🍌🍌  
 Pastelito 🍌🍌  
 727,11 Kcal  
 Hdc: 69,15g / lip:35,23g / pro:32,11g

L

## ALÉRGENOS

- 🍌 Glute
- 🦀 Crustaceos
- 🥚 Ovo
- 🐟 Peixe
- 🥜 Cacahuets
- 🌱 Soja
- 🥛 Lacteos
- 🍎 Froitos Secos
- 🌿 Apio
- 🌿 Mostaza
- 🌿 Sesamo
- 🦟 Sulfitos
- 🌿 Altramuz
- 🐚 Moluscos

