



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>02</b></p> <p>Arroz con tomate                      Crema de calabacín                      Huevos fritos con patatas                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p><b>03</b></p> <p>Acelgas rehogadas                      Ragout de pavo con verduras                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:670 PR:33 LI:19 HC:45 CA:282 FE:9</p>	<p><b>04</b></p> <p>Fideuá                      Espinacas a la crema                      Limanda a la romana con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:730 PR:57 LI:28 HC:61 CA:265 FE:17</p>	<p><b>05</b></p> <p>Sopa de cocido (sin garbanzos)                      Filete de ternera a la plancha con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:653 PR:57 LI:16 HC:31 CA:113 FE:7</p>	<p><b>06</b></p> <p>FESTIVO</p> <p>KC:200 PR:0 LI:0 HC:0 CA:0 FE:0</p>
<p><b>09</b></p> <p>Macarrones boloñesa                      Crema de puerros                      Lomo asado con verduras y con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:711 PR:29 LI:17 HC:63 CA:291 FE:10</p>	<p><b>10</b></p> <p>Menestra de verduras (sin guisantes)                      Tortilla francesa con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:613 PR:14 LI:16 HC:44 CA:96 FE:4</p>	<p><b>11</b></p> <p>Patatas con costillas                      Brócolis rehogados                      Jamoncitos de pollo con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:783 PR:42 LI:47 HC:52 CA:91 FE:5</p>	<p><b>12</b></p> <p>Paella                      Sopa Juliana                      Merluza a la riojana con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:815 PR:67 LI:25 HC:85 CA:286 FE:18</p>	<p><b>13</b></p> <p>Puré de calabaza                      Croquetas , empanadillas y jamón de York a la plancha                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:713 PR:20 LI:27 HC:64 CA:221 FE:4</p>
<p><b>16</b></p> <p>Espaguetis carbonara                      Crema de verduras                      Lacón a la gallega                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:867 PR:40 LI:45 HC:88 CA:138 FE:6</p>	<p><b>17</b></p> <p>Pisto manchego                      Tilapia a la menier con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:646 PR:20 LI:17 HC:17 CA:126 FE:3</p>	<p><b>18</b></p> <p>COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD</p> <p>KC:200 PR:0 LI:0 HC:0 CA:0 FE:0</p>	<p><b>19</b></p> <p>Puré de zanahoria                      Albóndigas en salsa con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:709 PR:21 LI:9 HC:65 CA:144 FE:5</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arroz con tomate                      Crema hortelana                      Huevos fritos con salchichas                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:780 PR:27 LI:50 HC:59 CA:88 FE:5</p>
<p><b>23</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>24</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>25</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>26</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>27</b></p> <p>VACACIONES</p>
<p><b>30</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>31</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p><b>01</b></p>	<p><b>02</b></p>	<p><b>03</b></p>



**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

KC: Energía (Kcal)  
 PR: Proteínas (g)  
 LI: Lípidos (g)  
 HC: Hidratos de carbono (g)  
 CA: Calcio (mg)  
 FE: Hierro (mg)