

Menú semana 02/12/19-05/12/19

| Lunes 02 | Martes 03 | Miércoles 04 | Jueves 05 |
|--|--|--|--|
| Macarrones Napolitana | Brazo gitano de patata y verduritas | Crema de lentejas con picatostes | Arroz salteado con bacon, champiñones y judías verdes |
| Roti de pavo en salsa de ciruelas | Merluza en zarzuela | Tortilla de calabacín y ensalada | Pechuga de pollo empanada con avena y ensalada |
| Pan | Pan | Pan | Pan |
| Fruta | Fruta | Yogurt | Fruta |
| Energía: 702 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr | Energía: 695 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 97gr | Energía: 696 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 95gr | Energía: 709 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 99gr |

Menú semana 10/12/19-13/12/19

| Martes 10 | Miércoles 11 | Jueves 12 | Viernes 13 |
|--|--|--|--|
| Judías verdes con patata | Paella | Sopa Minestrone | Lasaña boloñesa |
| Pollo asado con soja y miel, y tomates aliñados | Hamburguesas de garbanzos con salsa de tomate | Libritos de lomo y tomatitos aliñados | Buñuelos de bacalao y ensalada |
| Pan | Pan | Pan | Pan |
| Fruta | Yogurt | Fruta | Fruta |
| Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 96gr | Energía: 701 kcal. Grasas: 28gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 98gr | Energía: 702 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 96gr | Energía: 705 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr |

Menú semana 16/12/19-20/12/19

| Lunes 16 | Martes 17 | Miércoles 18 | Jueves 19 | Viernes 20 |
|--|--|--|--|--|
| Espaguetis con ajito y calabacín | Judías blancas al ajillo | Acelgas salteadas con bacon | Souflé de patata y atún | Sopa de cocido |
| Suprema de salmón a la plancha con vinagreta de almendras y ensalada | Tortilla francesa y ensalada | Colitas de rape al horno en salsa de puerros | Escalope de ternera y tomates aliñados | Canelones de Navidad |
| Pan | Pan | Pan | Pan | Pan |
| Fruta | Yogurt | Fruta | Fruta | Surtido navideño |
| Energía: 698 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 99gr | Energía: 694 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 92gr | Energía: 697 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 95gr | Energía: 705 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr | Energía: 699 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr |