

MENÚ DICIEMBRE

MENÚ GENERAL



3	JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	4	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	5	SOPA DE COCIDO (con fideos)	6	FESTIVO	7	FESTIVO	KCAL	842
	SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)					HIDRATOS DE CARBONO	94
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN					PROTEINAS	38
										LIPIDOS	33
10	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	11	<b>JORNADA AMERICANA</b>	12	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	13	SOPA DE ESTRELLITAS	14	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	KCAL	929
	MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO		CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras) AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON		CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN		FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR		LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA	HIDRATOS DE CARBONO	105
	FRUTA PAN		BROWNIE DE CHOCOLATE PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	39
										LIPIDOS	36
17	GUISANTES salteados con jamón	18	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)	19	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	20	SOPA DE COCIDO (con fideos)	21	<b>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD</b>	KCAL	920
	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO		COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)		ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	114
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	PROTEINAS	33
									COPA DE CHOCOLATE PAN	LIPIDOS	34
24	NO LECTIVO	25	FESTIVO	26	NO LECTIVO	27	NO LECTIVO	28	NO LECTIVO	KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
31	NO LECTIVO								KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO EN SALSA	HAMBURGUESA CON TOMATE	CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	CODITOS CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FILETE DE POLLO EN SALSA	PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.  
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL



3	JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	4	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	5	SOPA DE COCIDO (con fideos)	6	FESTIVO	7	NO LECTIVO	KCAL			
	SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)					HIDRATOS DE CARBONO			
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN					PROTEINAS			
										LIPIDOS			
10	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	12	JORNADA AMERICANA	13	SOPA DE ESTRELLITAS	14	GUISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	KCAL					
	MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO		CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)		LENTEJAS GUISADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)			FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO EN SALSA	HIDRATOS DE CARBONO			
	FRUTA PAN		HAMBURGUESA CON TOMATE		CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN			FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS			
			YOGUR DE SABORES PAN		FRUTA PAN			FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS			
17	GUISANTES salteados con jamón	18	CODITOS CON TOMATE	19	SOPA DE COCIDO (con fideos)	20	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	KCAL					
	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)			COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO			
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO			FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS			
					FRUTA PAN			FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS			
24	NO LECTIVO	25	FESTIVO	26	NO LECTIVO	27	NO LECTIVO	28	NO LECTIVO	KCAL			
												HIDRATOS DE CARBONO	
												PROTEINAS	
												LIPIDOS	
31	NO LECTIVO									KCAL			
												HIDRATOS DE CARBONO	
												PROTEINAS	
												LIPIDOS	

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.  
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ PURÉ



3	4	5	6	7	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN			PROTEINAS	
					LIPIDOS	
10	11	12	13	14	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.  
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN PESCADO



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS	CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON	CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	BROWNIE DE CHOCOLATE PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	COPA DE CHOCOLATE PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN LEGUMBRE



3	4	5	6	7	KCAL	
<p>ACELGAS salteadas con bacon</p> <p>SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON VERDURAS Y POLLO</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	HIDRATOS DE CARBONO	
<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>JORNADA AMERICANA</p> <p>CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)</p> <p>AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON</p> <p>BROWNIE DE CHOCOLATE PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>GUISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	HIDRATOS DE CARBONO	
<p>ACELGAS salteados con jamón</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>COPA DE CHOCOLATE PAN</p>	HIDRATOS DE CARBONO	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	PROTEINAS	
<p>NO LECTIVO</p>					LIPIDOS	
					KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN CERDO



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con ajo	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON QUESO	CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	FILETE DE TERNERA CON CEBOLLITA CARMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	BROWNIE DE CHOCOLATE PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con ajo	ESPAGUETIS CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	COPA DE CHOCOLATE PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN GLUTEN



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE (sin gluten)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (sin gluten)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS (sin gluten)	GUIZO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON	CROQUETAS DE BACALAO (sin gluten)	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARAMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	ESPAGUETIS CARBONARA (sin gluten)	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO (sin gluten)	PROTEINAS	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	NATILLAS DE CHOCOLATE PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.



# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN HUEVO



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE (sin huevo)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin huevo)	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	ESPAGUETIS CARBONARA (sin huevo)	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO (sin huevo)	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN LECHE



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE (sin leche)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	PURÉ DE VERDURAS con picatostes	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIZO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON BACON	CROQUETAS DE BACALAO (sin leche)	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CAMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	ESPAGUETIS CON TOMATE	PURÉ DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO (sin leche)	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN HUEVO-LECHE



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE (sin huevo-leche)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)	PURÉ DE VERDURAS con picatostes	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON BACON	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin huevo-leche)	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteadas con jamón	ESPAGUETIS CON TOMATE (sin huevo)	PURÉ DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (sin huevo)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	FINGER DE POLLO (sin huevo-leche)	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ BAJO EN COLESTEROL



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES CON TOMATE	CREMA TEJANA (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIZO DE PATATAS CON VERDURA	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	YOGUR DESNATADO PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	DANACOL PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados	ESPAGUETIS CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA	COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DESNATADO PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN FRUTOS SECOS



3	JUDÍAS VERDES salteadas con bacon  SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	4	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO  FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	5	SOPA DE COCIDO (con fideos)  COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	6	FESTIVO	7	NO LECTIVO	KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS			
									LIPIDOS			
10	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)  MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	JORNADA AMERICANA  CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras) AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON  YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	12	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	13	SOPA DE ESTRELLITAS  FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	14	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE  LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA  YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	KCAL			
									HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS			
									LIPIDOS			
17	GUISANTES salteados con jamón  TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	18	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)  FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	19	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria, calabacín y patata)  ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	20	SOPA DE COCIDO (con fideos)  COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera, patata)  FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	21	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE  FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA  YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS			
									LIPIDOS			
24	NO LECTIVO	25	FESTIVO	26	NO LECTIVO	27	NO LECTIVO	28	NO LECTIVO	KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS			
									LIPIDOS			
31	NO LECTIVO									KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS			
									LIPIDOS			

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

# MENÚ DICIEMBRE

## MENÚ SIN MARISCO



3	4	5	6	7	KCAL	
JUDÍAS VERDES salteadas con bacon	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FESTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SALCHICHAS DE AVE CON PATATAS FRITAS	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN			LIPIDOS	
10	JORNADA AMERICANA	12	13	14	KCAL	
MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA TEJANA con picatostes (crema de verduras)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	SOPA DE ESTRELLITAS	GUIISO DE PATATAS CON VERDURA Y CARNE	HIDRATOS DE CARBONO	
MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	AMERICAN BURGER CON QUESO-BACON	CROQUETAS DE LA ABUELA (sin marisco)	FILETE DE POLLO CON PAPAS DÓLAR	LOMO DE CERDO CON CEBOLLITA CARMELIZADA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	BROWNIE DE CHOCOLATE	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SABORES PAN	LIPIDOS	
17	18	19	20	21	KCAL	
GUISANTES salteados con jamón	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)	CREMA DE CALABACÍN (con zanahoria,calabacín y patata)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	COPA DE CHOCOLATE PAN	LIPIDOS	
24	25	26	27	28	KCAL	
NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
31					KCAL	
NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

## RECOMENDACIONES CENAS DICIEMBRE 2018

**Lunes 3.** Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

**Martes 4.** Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

**Miércoles 5.** Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo.

**Lunes 10.** Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

**Martes 11.** Verdura, pescado con ensalada, macedonia de fruta natural y lácteo.

**Miércoles 12.** Sopa, calamares plancha con ensalada, fruta y lácteo.

**Jueves 13.** Pescado azul al horno con patatas y verduras, ensalada, fruta y lácteo.

**Viernes 14.** Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

**Lunes 17.** Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

**Martes 18.** Verdura, jamón serrano con ensalada de tomate, fruta y lácteo.

**Miércoles 19.** Ensalada variada, croquetas caseras, macedonia de fruta natural y lácteo.

**Jueves 20.** Verdura, pescado azul con ensalada, fruta natural y lácteo.

**Viernes 21.** Crema, huevo con ensalada, macedonia de fruta natural y lácteo.