



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Feliz Navidad



ALÉRGENOS



4

Arroz con salsa de tomate - Rice with tomato
Huevos Villarroy(1, 10, 14, 2, 3, 4, 6, 7) - Stuffed eggs
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
740,60	11,48	88,82	16,31	2,38

5

Crema de calabaza y espárragos - Cream of pumpkin soup
Ragout de ternera con verduras y patatas - Beef stew
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
640,33	36,24	69,15	24,32	3,78

6

Festivo

7

No lectivo

8

Festivo

11

Crema de calabacín y queso(7) - Cream of zucchini soup
Albóndigas mixtas con verduras y cus-cús (1, 12, 6) - Meatballs with vegetables & couscous
Pan(1) - Bread
Yogur(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
617,11	24,34	51,94	34,48	7,94

12

Alubias blancas estofadas con verduras y chorizo - White bean's stew
Tortilla de patata(3) - Potato omelette con lechuga y zanahoria(12) - lettuce & carrot
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
703,25	27,54	77,45	32,28	6,19

13

Macarrones con salsa de tomate y orégano (1, 3) - Pasta with tomato sauce
Magro estofado con verduras y patatas - Pork stew
Pan(1) - Bread
Natillas con galleta(1, 7) - Vanilla cream

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
658,42	27,99	76,05	26,93	6,71

14

Sopa de cocido(1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta - Chickpea, meat and vegetables
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
692,62	39,21	81,71	23,21	6,10

15

Arroz caldoso con verduras y pollo - Rice with chicken & vegetables
Filete de palometa con salsa de tomate y patata cocida(4) - Fish in tomato sauce
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
618,93	33,69	71,62	21,91	2,89

18

Guiso de lentejas con setas y verduras(1) - Lentil stew with vegetables
Tortilla de jamón(3, 6) - Ham omelette con lechuga y tomate(12) - With lettuce & tomato
Pan(1) - Bread
Yogur(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
630,87	31,64	69,00	26,65	6,02

19

Menestra de verduras con jamón(6) - Vegetable stew with ham
Filete de contramuslo asado - Grilled chicken fillet con patatas Rostie - with potatoes
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
643,93	31,76	66,62	27,84	4,03

20

Arroz con verduras y magro - Rice with pork
Filete de merluza rebozado(1, 3, 4) - Breaded hake fish con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
639,71	31,38	69,34	26,44	4,16

21

Menú de Navidad

22

Coditos gratinados con queso(1, 3, 7) - Pasta with tomato & cheese
Empanadillas de atún(1, 14, 2, 3, 4, 6, 7, 9) - Tuna dumplings con ensalada(12) - with salad
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada y leche(7) - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
681,80	19,36	85,52	27,47	7,45