

# DICIEMBRE

## MENÚ FRUTOS SECOS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



**1**  
Crema de calabaza  
Cinta de lomo a la madrileña  
Patatas fritas  
Fruta  
Kcal 743 HC 83 Prot 59 Lip 18

**2**  
Arroz Murciano  
Filete de merluza  
Con patatas  
FRUTA  
Kcal 740 HC 76 Prot 38 Lip 29

**3**  
Judías pintas con verduras  
Tortilla de atún  
con ensalada  
YOGUR  
Kcal 833 HC 101 Prot 42 Lip 35

**6**

FESTIVO

**7**

NO LECTIVO

**8**

FESTIVO

**9**

Lentejas estofadas  
Hamburguesa ternera 100%  
Ensalada mixta  
Gelatina  
Kcal 707 HC 123 Prot 25 Lip 22

**10**

Macarrones gratinados  
Palometa Orly  
Ensalada  
Fruta  
Kcal 808 HC 96 Prot 39 Lip 29

**13**

Judías verdes rehogadas con  
pimentón  
Albóndigas en salsa con  
Patata dado  
Fruta  
Kcal 949 HC 129 Prot 47 Lip 26

**14**

Arroz boloñesa  
Bacalao Rebozado  
Ensalada de Lechuga y  
tomate  
Yogur  
Kcal 819 HC 95 Prot 51 Lip 24

**15**

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta  
Kcal 672 HC 87 Prot 37 Lip 18

**16**

Espirales carbonara  
Lenguadina al Horno  
con ensalada  
FRUTA  
Kcal 822 HC 97 Prot 35 Lip 29

**17**

Patatas a la riojana  
Milanesa de pollo  
Ensalada de tomate  
Yogur  
Kcal 678 HC 76 Prot 37 Lip 23

**20**

Lentejas guisadas con chorizo  
Tortilla de patatas  
Ensalada de Tomate y maíz  
Fruta  
Kcal 640 HC 56 Prot 13 Lip 19

**21**

Espaguetis con tomate  
natural y albahaca  
Merluza a la andaluza  
Ensalada de Lechuga y zanahoria  
Fruta  
Kcal 809 HC 102 Prot 38 Lip 26

**22**

Sopa maravilla  
Pizza  
Patatas  
Helado  
Kcal 642 HC 83 Prot 26 Lip 22

**23**

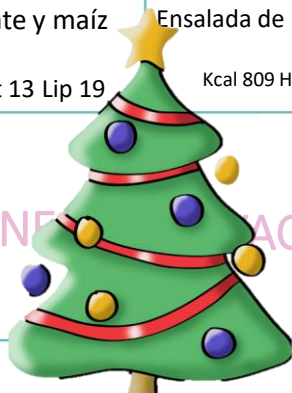
VACACIONES

**24**



**27**

VACACIONES



**29**

VACACIONES

**30**

VACACIONES