

DICIEMBRE

MENÚ sin FRUTOS SECOS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1
Crema de calabaza y calabacín
Albóndigas de ternera con patatas
Fruta
Kcal 770 HC 93 Prot 35 Lip 28

2
Arroz boloñesa
Suprema de merluza en salsa verde
Yogur
Kcal 699 HC 66 Prot 29 Lip 35

5
Día NO Lectivo Festivo Nacional

7
Día NO Lectivo

8
Festivo Nacional

9
Lentejas guisadas
Milanesa de Pollo con Ensalada de lechuga y maíz Gelatina
Kcal 627 HC 85 Prot 24 Lip 16

12 Judías verdes salteadas con pimentón
Tortilla española
Ensalada mixta
Arroz con leche
Kcal 568 HC 46 Prot 35 Lip 25

13 Sopa de cocido
Cocido completo con garbanzos, chorizo, pollo, patata, zanahoria y morcillo
Fruta
Kcal 723 HC 83 Prot30 Lip 24

14 Arroz milanesa con york y queso
Medallón de bacalao con salsa de tomate y pisto
Fruta
Kcal 765 HC 56 Prot 53 Lip 33

15 Crema de espinacas
Hamburguesa de ternera en salsa de tomate con Patatas fritas
Natillas de chocolate
Kcal 661 HC 77 Prot 29 Lip 26

16 Fideuá con verduras de temporada
Lenguadina la romana con ensalada
Fruta
Kcal 629 HC 78 Prot 28 Lip 17

19 Macarrones carbonara
Hamburguesa de Atún con tomate
Zanahoria baby
Yogurt
Kcal 777 HC 94 Prot 29 Lip 31

20 Verdura tricolor (patata, brócoli y zanahoria)
Pollo asado a la barbacoa
Aros de cebolla
Fruta
Kcal 541 HC 40 Prot 25 Lip 16

21 Alubias blancas guisadas con chorizo
Tortilla francesa con Calabacín romana
Yogur
Kcal 723 HC 83 Prot30 Lip 24

22  **Sopa de estrellitas Hot-Dog Patatas Postre**
Kcal 699 HC 80 Prot 31 Lip 12

23 

26 **VACACIONES**

27 **VACACIONES**

28 **VACACIONES**

29 **VACACIONES** 

30 

SODEXO y COLEGIO QUERCUS LES DESEAN FELICES FIESTAS

***TODOS LOS PLATOS DEL MENU SE ELABORAN SIN FRUTOS SECOS**