

DICIEMBRE

MENÚ sin LACTOSA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



5 **Día NO Lectivo Festivo Nacional**

7 **Día NO Lectivo**

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
Postre vegetal
Kcal 699 HC 66 Prot 29 Lip 35

12 Judías verdes salteadas con pimentón
Tortilla española
Ensalada mixta
Postre vegetal
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
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
Postre vegetal
Kcal 661 HC 77 Prot 29 Lip 26

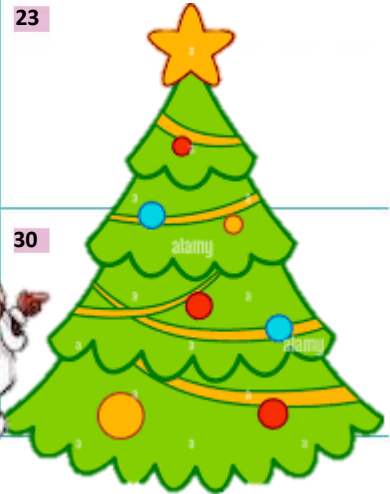
16 Fideuá con verduras de temporada
Lenguadina la romana con ensalada
Fruta
Kcal 629 HC 78 Prot 28 Lip 17

19 Macarrones salteados con bacon
Merluza con tomate
Zanahoria baby
Postre vegetal
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
Gelatina
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**



SODEXO y COLEGIO QUERCUS LES DESEAN FELICES FIESTAS

***TODOS LOS PLATOS DEL MENU SE ELABORAN SIN LACTOSA**