



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				<p>1</p> <p>Crema de puerros Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (sin gluten) Cream of leek Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>Kcal: 711</p> <p>HC: 70</p> <p>Prot: 21</p> <p>Lip: 40</p>
<p>4</p> <p>Lentejas con verduras Revuelto de jamón york con tomate, cebolla y orégano Yogur y pan (sin gluten) Vegetable lentils Scrambled eggs with ham with tomatoes, onions & oregano Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>5</p> <p>Pasta (sin gluten) con chorizo Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with chorizo Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>8</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcal: 756</p> <p>HC: 81</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 27</p>
<p>11</p> <p>Crema de verduras Filete de pollo con lechuga y olivas negras Yogur y pan (sin gluten) Vegetable cream Chicken steak with lettuce & olives Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>12</p> <p>Alubias blancas estofadas Tortilla francesa con lechuga, jamón y queso Fruta y pan (sin gluten) Stewed white beans Omelette with lettuce, ham & cheese Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>13</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Lenguadina a la plancha con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled yellowfin sole with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>14</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>15</p> <p>Arroz con pollo Merluza al horno con lechuga Fruta y pan (sin gluten) Rice with chicken Baked hake with lettuce Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>Kcal: 614</p> <p>HC: 72</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 23</p>
<p>18</p> <p>Patatas con magro Huevos a la flamenca Yogur y pan (sin gluten) Pork & potato stew Deviled egg Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>19</p> <p>Judías verdes rehogadas con tomate Lacón a la gallega con patatas cocidas Fruta y pan (sin gluten) Sauteed green beans with tomato Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>20</p> <p>Lentejas a la jardinera Rape al horno con champiñones salteados Fruta y pan (sin gluten) Vegetables lentils Baked monkfish with sautéed mushrooms Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>21</p> <p>Arroz tres delicias Jamoncitos en pepitoria con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Chinese fried rice Chicken drumsticks in pepitoria sauce with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>22</p> <p>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</p>	<p>Kcal: 729</p> <p>HC: 77</p> <p>Prot: 33</p> <p>Lip: 30</p>
<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>