



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Crema de puerros Chuleta de aguja con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of leek Rib chop with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	Kcal: 713 HC: 71 Prot: 22 Lip: 40
4 PESCADO, LEGUMBRES, HUEVO Y ZANAHORIA	5 Pasta (sin huevo) con chorizo Albóndigas con verduras Fruta y pan Pasta (without egg) with chorizo sausage Meatballs with vegetables Fruit and bread	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	Kcal: 712 HC: 67 Prot: 29 Lip: 29
11 Puré de verduras Cinta de lomo con tomate, cebolla y orégano Yogur y pan Vegetable purée Pork loin with tomatoes, onions & oregano Yoghurt and bread	12 Patatas estofadas Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Stewed potatoes Grilled turkey with salad Fruit and bread	13 Pasta (sin huevo) con tomate Bistec de magro a la plancha con lechuga y tomate Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato Pork steak with lettuce & tomatoes Fruit and bread	14 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup (without eggs) Grilled tenderloin with salad Fruit and bread	15 Arroz con pollo Filete de ternera con lechuga Fruta y pan Rice with chicken Beef steak with lettuce Fruit and bread	Kcal: 593 HC: 63 Prot: 31 Lip: 25
18 Crema de verduras con picatostes Filete de pollo con lechuga y olivas negras Yogur y pan Vegetable cream with croutons Chicken steak with lettuce & olives Yoghurt and bread	19 Judías verdes rehogadas con tomate Lacón a la gallega con patatas cocidas Fruta y pan Sautéed green beans with tomato Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Fruit and bread	20 Puré de verduras Ternera a la plancha con champiñones salteados Fruta y pan Vegetable purée Grilled beef with sautéed mushrooms Fruit and bread	21 Arroz salteado Jamoncitos en pepitoria con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Sautéed rice Chicken drumsticks in pepitoria sauce with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	Kcal: 611 HC: 66 Prot: 30 Lip: 23
25 Patatas con magro Pavo a la plancha con ensalada Yogur y pan Pork & potato stew Grilled turkey with salad Yoghurt and bread	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0