















**Diciembre 2017 / December 2017**

Lunes – 27	Martes – 28	Miércoles - 29	Jueves - 30	Viernes – 1
				Brócoli con huevo cocido  /Sopa de fideos   Lomo al ajillo Fruta de temporada <b>Kcal; 580</b> <b>HC; 58, G;22, P; 20</b> <b>Kcal:655</b> <b>HC:59;G:19,P:22</b> --- REC. CENA --- Quiche de setas con jamón   Vaso de leche  <b>Kcal; 245</b>
Quiche d	Monday - 5	Wednesday – 6	Thursday – 7	Friday – 8
Lentejas/ Guisantes con jamón Zancos de pollo al horno con patatas Bebedino  <b>Kcal; 730</b> <b>HC; 56, G;21, P; 23</b> <b>Kcal:645</b> <b>HC:57;G:22,P:21</b> --- REC. CENA --- Tortilla de patata  Vaso de leche  <b>Kcal; 335</b>	Pizza     Ensalada mediterránea Lomo fresco en salsa de champiñones con tallarines      Fruta de temporada <b>Kcal; 705</b> <b>HC; 56, G;19, P; 16</b> <b>Kcal:615</b> <b>HC:59;G:17,P:24</b> --- REC. CENA --- Arroz con  croquetas Vaso de leche <b>Kcal 315</b> 	FESTIVO	PUENTE	FESTIVO

Lunes -- 11	Martes -- 12	Miércoles -- 13	Jueves -- 14	Viernes -- 15
<p>Macarrones con atún y tomate </p> <p>Crema de calabaza / Salmón con patata cocida </p> <p>Fruta de temporada Kcal; 760 HC; 57, G;22, P;21 Kcal:615 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>San Jacobo con patatas cocidas </p> <p>Vaso de leche Kcal; 215 </p>	<p>Crujientes de pollo </p> <p>Ensalada mixta Paella </p> <p>Yogur </p> <p>Kcal; 740 HC; 60, G;23, P; 18 Kcal:795 HC:57;G:23,P:20 --- REC. CENA ---</p> <p>Sopa Sandwich Vegetal Vaso de leche Kcal; 265 </p>	<p>Crema de zanahoria/ Arroz tres delicias </p> <p>Milanesa con patatas fritas </p> <p>Fruta de temporada Kcal; 655 HC; 56, G;19, P; 16 Kcal:677 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>Pescado con patata cocida y ensalada mixta Vaso de leche Kcal; 320 </p>	<p>Ensaladilla </p> <p>/ Revuelto con gambas Espaguetis a la boloñesa Macedonia Kcal; 645 HC; 58, G;23, P;19 Kcal:755 HC:59;G:23,P:18 --- REC. CENA ---</p> <p>Coliflor con huevo, patatas y zanahoria. Vaso de leche Kcal; 368 </p>	<p>Lasaña </p> <p>Ensalada completa Carbonero </p> <p>Mousse de yogur natural azucarado </p> <p>Kcal; 695 HC; 56, G;19, P; 16 Kcal:677 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>Ensalada de pasta con filete de pollo.Vaso de leche Kcal 358 </p>
Monday - 18	Tuesday - 19	Wednesday - 20	Thursday - 21	Friday - 22
<p>Crema de calabacín/ Empanada de atún </p> <p>Churrasco con patatas fritas Fruta de temporada Kcal; 695 HC; 56, G;19, P; 16 Kcal:677 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>Coliflor con patata, huevo y zanahoria. Vaso de leche Kcal; 368 </p>	<p>Judías con chorizo/Espirales vegetales </p> <p>Limanda al horno Yogur </p> <p>Kcal; 550 HC; 59, G;29, P; 22 Kcal:677 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>Macarrones con atún, nata y champiñones. Vaso de leche Kcal; 390 </p>	<p>Tortilla española /brócoli con huevo cocido </p> <p>Jamón asado con arroz blanco Fruta de temporada Kcal; 685 HC; 57, G;23, P;20 Kcal:615 HC:58;G:20,P:22 --- REC. CENA ---</p> <p>Ensalada de pas con filete de pollo Vaso de leche Kcal; 358 </p>	<p>Sopa juliana/ Potaje de garbanzos Pechuga de pollo a la plancha con patatas Tarta de galleta </p> <p>Kcal; 615 HC; 57, G;23, P;20 Kcal:677 HC:58;G:18,P:24 --- REC. CENA ---</p> <p>Crema de verduras Pizza Vaso de leche Kcal 368 </p>	
Lunes -- 27	Martes -- 28	Miércoles - 29	Jueves - 30	Viernes - 31

---

Garantizamos que estos menús han sido planificados según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS en alimentación escolar y van a ser elaborados con materias primas de 1ª calidad.

Les informamos que para dar conformidad al reglamento (UE) nº1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este centro pone a su disposición un listado con la información sobre alérgenos de los platos que componen el menú.

---

 CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 CACAHUETES	 SOJA	 LACTEOS	 FRUTOS DE CÁSCARA	 MOSTAZA	 GRANOS DE SÉSAMO	 MOLUSCOS	 ALTRAMUCES	 DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS
---	---	---	--	---	---	--	---	---	--	---	---	--