

MENÚ DICIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5
Lentejas con verduras y arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de tomate. Pan-pera-leche	Macarrones boloñesa Fletán con ensalada de maíz. Pan-plátano-leche	Sopa de fideos Sajonia a la plancha con ensalada mixta. Pan integral-manzana-leche	Patatas guisadas con magro y verduras Rabas de calamar con ensalada de remolacha Pan-yogur	Crema de zanahorias Pollo asado con champiñones y ensalada de maíz Pan integral-mandarina-lácteo
670Kcal. 39g Prot. 79g HC. 23g Líp.	664Kcal. 29g Prot. 92g HC. 20g Líp.	624Kcal. 30g Prot. 83g HC. 21g Líp.	707Kcal. 35g Prot. 90g HC. 23g Líp.	657Kcal. 33g Prot. 82g HC. 23g Líp.
	 	 	  	
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
FIESTA DE LA INMACULADA	Judías verdes con tomate Lomo de cerdo empanado casero con ensalada de remolacha Pan-pera-leche	Arroz con tomate Huevos rellenos de atún Ensalada de maíz Pan integral-mandarina-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo Pan-yogur-leche	Macarrones integrales boloñesa Merluza al horno con ensalada de zanahoria Pan Integral-naranja-leche
	509Kcal. 26g Prot. 64g HC. 16g Líp.	662Kcal. 37g Prot. 84g HC. 20g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	648Kcal. 28g Prot. 85g HC. 24g Líp.
	 	 	  	  
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
Arroz tres delicias Fletán con ensalada de maíz. Pan-plátano-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo Pan-yogur-leche	Pasta integral con atún Albóndigas caseras con ensalada mixta Pan integral-mandarina-leche	Lentejas con chorizo Palometa con tomate y ensalada de remolacha Pan-pera-leche	Puré de verduras Pizzas variadas Pan Integral - Refrescos y dulces navideños
664Kcal. 29g Prot. 92g HC. 20g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	674Kcal. 32g Prot. 92g HC. 20g Líp.	670Kcal. 39g Prot. 79g HC. 23g Líp.	738Kcal. 30g Prot. 90g HC. 29g Líp.
  	  	  	  	  

¡Feliz Navidad!