

ESTOS SON LOS MENÚS QUE SERVIREMOS A SU HIJO EN EL MES DE DICIEMBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<ul style="list-style-type: none"> Lentejas a la casera Empanadillas de bonito con ensalada Fruta del tiempo, mousse de chocolate Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:769 H:113 P:28 L:18,6</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Cinta de lomo al horno con ensalada Fruta del tiempo, natillas Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:628 H:74,1 P:21,5 L:26</p>	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verduras Tortilla española con ensalada Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:567 H:74,6 P:14,8 L:21,2</p>	DÍA DE LA CONSTITUCIÓN	DÍA NO LECTIVO SEGÚN CALENDARIO DE LA CAM
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<ul style="list-style-type: none"> Tallarines a la boloñesa Salchichas al horno con tomate Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:630 H:101 P:19,2 L:14,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías pintas con verduras y arroz Tortilla de jamón ensalada Fruta del tiempo, flan al caramelo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:741 H:85,4 P:31 L:26,6</p>	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabaza Albóndigas en salsa de verduras con patatas Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 736 H:81,6 P:23,4 L:32,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo Fruta del tiempo, leche frita Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 646 H:75,1 P:29,7 L:23,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz abanda Filetes de pescado a la romana con ensalada Fruta del tiempo, gelatina de naranja Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:725 H:99,4 P:25,2 L:23,6</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<ul style="list-style-type: none"> Estofado de lentejas con verduras Nuggets de pollo con ensalada Fruta del tiempo, postre cremoso Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:751 H:103 P:32,1 L:19,1</p>	<ul style="list-style-type: none"> Macarrones boloñesa Filetes de pescado al horno con ensalada Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:595 H:73,3 P:29,1 L:19</p>	<ul style="list-style-type: none"> Patatas con costillas Tortilla de jamón con ensalada Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:694 H:78,8 P:27 L:28,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías verdes rehogadas Ragut de pavo con salsa de verduras Fruta del tiempo, yogurt Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:635 H:62,2 P:25,8 L:29</p>	MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>Menú revisado por: Elisabet Tovar Charneca Dietista-Nutricionista Nº As. 345</p> <p><i>Existe a su disposición información sobre las sustancias causantes de alergias e intolerancias alimentarias, conforme al Reglamento nº1169/2011.</i></p>

Kcal: kilocalorías / P: proteínas / H: hidratos de carbono / L: lípidos

NOTA: Primero y segundo plato se pueden repetir. Los niños pequeños pueden disponer de un puré variado diario de verduras, patatas y legumbres en sustitución del primer plato.