



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



Feliz Navidad



4

Arroz con salsa de tomate - Rice with tomato
Huevos Villarroy(1, 10, 14, 2, 3, 4, 6, 7) - Stuffed eggs
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
740,60	11,48	88,82	16,31	2,38

11

Crema de calabacín y queso(7) - Cream of zucchini soup
Albóndigas mixtas con verduras y cus-cús (1, 12, 6) - Meatballs with vegetables & couscous
Pan(1) - Bread
Yogur de sabores(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
617,11	24,34	51,94	34,48	7,94

18

Guiso de lentejas con setas y verduras(1) - Lentil stew with vegetables
Tortilla de jamón(3, 6) - Ham omelette
con lechuga y tomate(12) - With lettuce & tomato
Pan(1) - Bread
Yogur de sabores(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
630,87	31,64	69,00	26,65	6,02

5

Crema de calabaza y espárragos - Cream of pumpkin soup
Ragout de ternera con verduras y patatas - Beef stew
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
619,64	34,01	67,22	23,86	3,79

12

Alubias blancas estofadas con verduras y chorizo - White bean's stew
Tortilla de patata(3) - Potato omelette
con lechuga y zanahoria(12) - lettuce & carrot
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
703,25	27,54	77,45	32,28	6,19

19

Menestra de verduras con jamón(6) - Vegetable stew with ham
Filete de contramuslo asado - Grilled chicken fillet
con patatas Rostie - with potatoes
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
670,38	31,19	74,09	27,70	4,12

6

Festivo



7

No lectivo

8

Festivo

1

Espirales salteados con nata y bacon(1, 3, 6, 7) - Carbonara pasta
Filete de merluza al limón(4) - Baked hake fish with lemon
con lechuga y tomate(12) - With lettuce & tomato
Pan(1) - Bread

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
693,96	32,17	83,48	25,46	7,86

15

Arroz caldoso con verduras y pollo - Rice with chicken & vegetables
Filete de palometa con salsa de tomate y patata cocida(4) - Fish in tomato sauce
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
666,07	35,36	81,02	22,23	2,97

22

Coditos gratinados con queso(1, 3, 7) - Pasta with tomato & cheese
Empanadillas de atún(1, 14, 2, 3, 4, 6, 7, 9) - Tuna dumplings
con ensalada(12) - with salad
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
711,37	19,52	92,50	27,58	7,45

14

Sopa de cocido(1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta - Chickpea, meat and vegetables
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
692,62	39,21	81,71	23,21	6,10

21

Menú de Navidad



20

Arroz con verduras y magro - Rice with pork
Filete de merluza rebozado(1, 3, 4) - Breaded hake fish
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
686,85	33,04	78,74	26,76	4,24

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. ALTRAMUCES



14. MOLUSCOS