



LUNES 2

Espaguetis a la Boloñesa 🍴🍷
 Abadejo a la Molinera 🐟🍷
 Ens de Lechuga y Zanah 🥕
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 924 Kcal. 39,98 g Prot. 93,95g H.C. 40,5 g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

LUNES 9

Guisantes a la Francesa ⚠️
 Albóndigas a la Cazuela ⚠️
 Arroz Pilaf
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 856 Kcal. 33,19g Prot. 89,23g H.C. 31,19g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

LUNES 16

Macarrones al Ajillo 🍴🍷
 Lomo a la Plancha
 Ens de Lechuga y Maiz 🥕
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 905 Kcal. 33,27g Prot. 83,18g H.C. 47,02g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

LUNES 23

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES 30

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 3

Crema Hortelana
 Chuleta a la Riojana
 Patatas Panadera
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 766 Kcal. 29,22g Prot. 59,89g H.C. 43,86g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

MARTES 10

Coditos Carbonara 🍴🍷⚠️
 Palometa con Tomate 🐟
 Verduritas Dado
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 906 Kcal. 51,64g Prot. 93,91g H.C. 34,27g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

MARTES 17

Lentejas a la Madrileña 🍴🍷⚠️
 Tortilla de Jamón de Pavo 🥕
 Ens de Lechuga y Zanah 🥕
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 832 Kcal. 41,27g Prot. 62,1g H.C. 42,81g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

MARTES 24

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 31

VACACIONES DE NAVIDAD

MIÉRCOLES 4

Arroz con Verduras
 Tortilla Fr. De J. York y Queso 🍴🍷⚠️
 Ens de Lechuga y Maiz 🥕
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍏
 902 Kcal. 31,44g Prot. 98,24g H.C. 40,64g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 11

Judías Blancas Guisadas
 Tortilla Fr de Calabacín 🍴🍷
 Ens de Lechuga y Remolacha 🥕
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍏
 933 Kcal. 36,31g Prot. 67,11g H.C. 53,07g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 18

Crema Dubarry
 Bacalao Orly 🐟🍴🍷
 Patatas Fritas
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍏
 774 Kcal. 20,07g Prot. 77,88g H.C. 40,53g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 25

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 5

Sopa de Cocido 🍴🍷
 Cocido Completo
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 771 Kcal. 35,96g Prot. 74,37g H.C. 36,75g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

JUEVES 12

Crema de Calabaza
 Pollo en Pepitoria 🍴🍷
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍏
 746 Kcal. 31,45g Prot. 58,71g H.C. 41,22g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Huevo

JUEVES 19

COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD



JUEVES 26

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VIERNES 6

FESTIVO

VIERNES 13

Arroz con Magro
 Supremas de Merluza 🐟🍴🍷
 Zanahoria Baby
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏
 904 Kcal. 25,68g Prot. 111,91g H.C. 37,7g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pavo

VIERNES 20

Arroz con Tomate
 Salchichas al Horno
 Ensalada Mixta 🥕
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏
 777 Kcal. 24,66g Prot. 81,65g H.C. 38,04g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

VIERNES 27

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuces
- 🍷 - gluten
- 🍯 - mostaza
- 🥥 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🍳 - huevo
- 🌾 - soja
- 🥜 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐚 - moluscos
- 👉 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Primaria y Secundaria





LUNES 2

Espaguetis a la Boloñesa
Abadejo a la Molinera
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua
739 Kcal. 31,99g Prot. 75,16g H.C. 32,4g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

MARTES 3

Crema Hortelana
Chuleta a la Riojana
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua
613 Kcal. 23,38g Prot. 47,91g H.C. 35,08g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 4

Arroz con Verduras
Tortilla Fr. De J. York y Queso
Ens de Lechuga y Maiz
Yogur, Pan y Agua
722 Kcal. 25,17g Prot. 78,58g H.C. 32,51g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 5

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua
617 Kcal. 28,77g Prot. 59,5g H.C. 29,4g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 6

FESTIVO

LUNES 9

Guisantes a la Francesa
Albóndigas a la Cazuela
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua
685 Kcal. 26,56g Prot. 71,39g H.C. 24,95g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 10

Coditos Carbonara
Palometa con Tomate
Verduritas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
725 Kcal. 41,31g Prot. 75,14g H.C. 27,42g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 11

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur, Pan y Agua
747 Kcal. 29,2g Prot. 53,69g H.C. 42,45g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 12

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua
596 Kcal. 25,15g Prot. 46,97g H.C. 32,98g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

VIERNES 13

Arroz con Magro
Supremas de Merluza
Zanahoria Baby
P. Lácteo, Pan y Agua
724 Kcal. 20,56g Prot. 89,54g H.C. 30,16g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

LUNES 16

Macarrones al Ajillo
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada, Pan y Agua
725 Kcal. 26,62g Prot. 66,54g H.C. 37,62g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MARTES 17

Lentejas a la Madrileña
Tortilla de Jamón de Pavo
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua
666 Kcal. 33,01g Prot. 50,08g H.C. 34,24g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 18

Crema Dubarry
Bacalao Orly
Patatas Fritas
Yogur, Pan y Agua
619 Kcal. 16,05g Prot. 62,3g H.C. 32,42g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 19

COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD



VIERNES 20

Arroz con Tomate
Salchichas al Horno
Ensalada Mixta
P. Lácteo, Pan y Agua
622 Kcal. 19,72g Prot. 65,33g H.C. 30,43g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 23

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 24

VACACIONES DE NAVIDAD

MIÉRCOLES 25

VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 26

VACACIONES DE NAVIDAD

VIERNES 27

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES 30

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 31

VACACIONES DE NAVIDAD

LEYENDA

- cacahuete
- altramucos
- gluten
- mostaza
- frutos de cáscara
- pescado
- apio
- crustáceos
- huevo
- soja
- sésamo
- leche
- moluscos
- sulfitos
- puede contener trazas de varios alérgenos

Infantil





LUNES 2

Espaguetis a la Boloñesa
Abadejo a la Molinera
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua



MARTES 3

Crema Hortelana
Chuleta a la Riojana
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 4

Arroz con Verduras
Tort.fr. De J. York Extra y Qu
Ens de Lechuga y Maiz
Yogur o Fruta, Pan y Agua



JUEVES 5

Sopa de Fideos
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 6

FESTIVO

LUNES 9

Guisantes a la Francesa
Albóndigas Caseras a la Cazuela
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 10

Macarrones con J. York Extra
Palometa con Tomate
Verduritas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua



MIÉRCOLES 11

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua



JUEVES 12

Crema de Calabaza
Pollo en Salsa
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 13

Arroz con Magro
Merluza Enharinada
Zanahoria Baby
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



LUNES 16

Macarrones al Ajillo
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada, Pan y Agua



MARTES 17

Crema de Verduras
Tortilla de Jamón de Pavo
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua



MIÉRCOLES 18

Crema Dubarry
Bacalao Enharinado
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua



JUEVES 19

COMIDA ESPECIAL
DE NAVIDAD



VIERNES 20

Arroz con Tomate
Salchichas al Horno
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua



LUNES 23

VACACIONES DE
NAVIDAD

MARTES 24

VACACIONES DE
NAVIDAD

MIÉRCOLES 25

VACACIONES DE
NAVIDAD

JUEVES 26

VACACIONES DE
NAVIDAD

VIERNES 27

VACACIONES DE
NAVIDAD

LUNES 30

VACACIONES DE
NAVIDAD

MARTES 31

VACACIONES DE
NAVIDAD

- | | | |
|-------------|---------------------|---|
| - cacahuete | - altramuces | - gluten |
| - mostaza | - frutos de cáscara | - pescado |
| - apio | - crustáceos | - huevo |
| - soja | - sésamo | - leche |
| - moluscos | - sulfitos | - puede contener trazas de varios alérgenos |

LEYENDA

Celiacos





LUNES 2

Espaguetis a la Boloñesa 🍷🍷
Abadejo a la Molinera 🐟🍷
Ens de Lechuga y Zanah 🍷
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MARTES 3

Crema Hortelana
Contramuslo de Pollo
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MIÉRCOLES 4

Arroz con Verduras
Tortilla Fr. De J. Pavo y Queso 🍷🍷
Ens de Lechuga y Maiz 🍷
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍷🍷

JUEVES 5

Sopa de Cocido 🍷🍷
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

VIERNES 6

FESTIVO

LUNES 9

Guisantes a la Francesa
Albóndigas a la Cazuela ⚠️
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MARTES 10

Coditos con J. de Pavo 🍷🍷🍷⚠️
Palometa con Tomate 🐟
Verduritas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MIÉRCOLES 11

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Fr de Calabacín 🍷
Ens de Lechuga y Remolacha 🍷
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍷🍷

JUEVES 12

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria 🍷🍷
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

VIERNES 13

Arroz con Tomate
Supremas de Merluza 🍷🍷🐟⚠️
Zanahoria Baby
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷🍷

LUNES 16

Macarrones al Ajillo 🍷🍷
Fil de Pollo a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz 🍷
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MARTES 17

Lentejas a la Madrileña
Tortilla de Jamón de Pavo 🍷⚠️
Ens de Lechuga y Zanah 🍷
Fruta Variada, Pan y Agua 🍷

MIÉRCOLES 18

Crema Dubarry
Bacalao Orly 🐟🍷🍷
Patatas Fritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍷🍷

JUEVES 19

COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD



VIERNES 20

Arroz con Tomate
Salchichas Frankfurt de Pavo 🍷
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷🍷

LUNES 23

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 24

VACACIONES DE NAVIDAD

MIÉRCOLES 25

VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 26

VACACIONES DE NAVIDAD

VIERNES 27

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES 30

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 31

VACACIONES DE NAVIDAD

LEYENDA		
🍷 - cacahuete	🍷 - altramuces	🍷 - gluten
🍷 - mostaza	🐟 - frutos de cáscara	🐟 - pescado
🍷 - apio	🍷 - crustáceos	🍷 - huevo
🍷 - soja	🍷 - sésamo	🍷 - leche
🍷 - moluscos	🍷 - sulfitos	⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Dieta exenta de cerdo

