



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
- 🐟 - pescado
- 🍷 - mostaza
- 🍎 - frutos de cáscara
- 🍴 - puede contener trazas de varios alérgenos
- 🍷 - apio
- 🍄 - crustáceos
- 🍷 - huevo
- 🍷 - soja
- 🍷 - sésamo
- 🍷 - leche
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - sulfitos



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			

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

Dieta exenta de cerdo

