

MENÚ ESCOLAR - DICIEMBRE 2024 SIN LACTOSA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2	3	4	5	6
LENTEJAS CON ARROZ - REVUELTO CON BACON Y ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE - FRUTA KCAL: 482 CH: 71,3 G: 13,9 PR:71,3	GUISO DE RAPE - LOMO ADOBADO CON MENESTRA - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 610 CH: 57,2 G: 18,6 PR: 51,9	ESPIRALES CON VERDURAS - MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA VERDE - YOGUR KCAL: 754 CH: 92 G: 18,5 PR: 37,7	PURÉ GUISANTES - PAVO EN SALSAS CON CHAMPIÑONES - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 675 CH: 78,7 G: 19,4 PR: 43,6	FESTIVO
9	10	12	11	13
FESTIVO	ESTOFADO DE TERNERA CON PASTA - HERVIDO DE OTOÑO CON HUEVO DURO - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 706 CH: 92,8 PR: 42,4 G:18,9	PURE DE LEGUMBRES - REVUELTO DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ - YOGUR S/L KCAL: 525 CH: 54,8 G: 17,5 PR: 36,1	ARROZ BLANCO - ALBÓNDIGAS EN SALSAS - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 718 CH: 79,1 G: 31,9 PR: 32,7	GUISO DE GARBANZOS CON CALABAZA - GALLOPEDRO AL HORNO EN SALSAS VERDE CON TOMATE NATURAL Y PEPINO - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 610,5 CH: 59,9 G: 21,9 PR: 34,2
16	17	17	19	20
PURÉ DE CALABACIN - MUSLOS DE POLLO A LA JARDINERA - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 635 CH: 48,3 G: 26,2 PR: 26,2	ESTOFADO DE LENTEJAS - SALMON AL HORNO CON GUISANTES - FRUTA KCAL: 730 CH: 64,1 G: 33,5 PR: 27,1	ARROZ CON VERDURAS - TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA LECHUGA-MAIZ - YOGUR S/L KCAL: 740 CH: 65 G: 34 PR: 49,7	MACARRONES BOLOÑESA - MERLUZA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDE Y ZANAHORIA - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 678 CH: 55,5 G: 22,9 PR: 66,4	SOPA DE PICADILLO - CROQUETAS CON TOMATE NATURAL - FRUTA Y LECHE S/L KCAL: 780 CH: 58 G: 35,2 PR: 57,6