

MENÚ ESCOLAR - DICIEMBRE 2024 SIN PROTEINA DE VACA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2	3	4	5	6
<p>LENTEJAS CON ARROZ</p> <p>-</p> <p>REVUELTO DE JAMON Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 482 CH: 71,3 G: 13,9 PR:71,3</p>	<p>GUIISO DE RAPE</p> <p>-</p> <p>LOMO ADOBADO CON MENESTRA</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 610 CH: 57,2 G: 18,6 PR: 51,9</p>	<p>ESPIRALES CON VERDURAS</p> <p>-</p> <p>MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA VERDE</p> <p>-</p> <p>YOGUR DE SOJA</p> <p>KCAL: 754 CH: 92 G: 18,5 PR: 37,7</p>	<p>PURÉ GUISANTES</p> <p>-</p> <p>PAVO EN SALSA CON CHAMPIÑONES</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 675 CH: 78,7 G: 19,4 PR: 43,6</p>	<p>FESTIVO</p>
9	10	12	11	13
<p>FESTIVO</p>	<p>ESTOFADO DE COSTILLA CON PASTA</p> <p>-</p> <p>HERVIDO DE OTOÑO CON HUEVO DURO</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 706 CH: 92,8 PR: 42,4 G:18,9</p>	<p>PURE DE LEGUMBRES</p> <p>-</p> <p>REVUELTO DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ</p> <p>-</p> <p>YOGUR S/L</p> <p>KCAL: 525 CH: 54,8 G: 17,5 PR: 36,1</p>	<p>ARROZ BLANCO</p> <p>-</p> <p>ALBÓNDIGAS EN SALSA</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 718 CH: 79,1 G: 31,9 PR: 32,7</p>	<p>GUIISO DE GARBANZOS CON CALABAZA</p> <p>-</p> <p>GALLOPEDRO AL HORNO EN SALSA VERDE CON TOMATE NATURAL Y PEPINO</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 610,5 CH: 59,9 G: 21,9 PR: 34,2</p>
16	17	17	19	20
<p>PURÉ DE CALABACIN</p> <p>-</p> <p>MUSLOS DE POLLO A LA JARDINERA</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 635 CH: 48,3 G: 26,2 PR: 26,2</p>	<p>ESTOFADO DE LENTEJAS</p> <p>-</p> <p>SALMON AL HORNO CON VERDURAS VAPOR</p> <p>-</p> <p>FRUTA</p> <p>KCAL: 730 CH: 64,1 G: 33,5 PR: 27,1</p>	<p>ARROZ CON VERDURAS</p> <p>-</p> <p>TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA LECHUGA-MAIZ</p> <p>-</p> <p>YOGUR VEGETAL</p> <p>KCAL: 740 CH: 65 G: 32,5 PR: 24,5</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA</p> <p>-</p> <p>MERLUZA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDE Y ZANAHORIA</p> <p>-</p> <p>LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 678 CH: 55,5 G: 22,9 PR: 66,4</p>	<p>SOPA DE PICADILLO</p> <p>-</p> <p>HAMBURGUESA CON ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS</p> <p>-</p> <p>FRUTA Y LECHE VEGETAL</p> <p>KCAL: 780 CH: 58 G: 35,2 PR: 57,6</p>