

Mes de Diciembre de 2025

LUNES 1

Espirales gratinadas
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada Mixta
P Lácteo o Fruta, Pan y Agua
675 Kcal. 30g Prot. 73g H.C. 26g Lip.
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Legumbre y pescado

LUNES 8

Festivo

LUNES 15

Coditos a la napolitana
Tortilla de queso
Ens de lechuga y Zanah
P Lácteo o Fruta, Pan y Agua
535 Kcal. 21g Prot. 44g H.C. 29g Lip.
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y ternera

MARTES 2

Crema hortelana
Merluza a las finas hierbas
Patatas Fritas
Fruta Temporada, Pan Integral
458 Kcal. 21g Prot. 41g H.C. 21g Lip.
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 9

Crema de calabacín con picatost
Albóndigas guisadas
Patatas Dado
Fruta Temporada, Pan Integral
563 Kcal. 16g Prot. 42g H.C. 29g Lip.
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:
Legumbre y pescado

MARTES 16

Arroz con tomate
Abadejo a la andaluza
Ens de lechuga y cebolla
Fruta Temporada, Pan Integral
522 Kcal. 21g Prot. 54g H.C. 23g Lip.
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y huevo

MIÉRCOLES 3

Judías blancas estofadas
Tortilla de atún
Ens de lechuga y Zanah
Yogur o Fruta, Pan y Agua
772 Kcal. 38g Prot. 54g H.C. 40g Lip.
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y cerdo

MIÉRCOLES 10

Macarrones integrales a la boloñ
Tortilla fr de calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Yogur o Fruta, Pan y Agua
689 Kcal. 23g Prot. 48g H.C. 42g Lip.
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y pescado

MIÉRCOLES 17

Sopa de cocido
Cocido completo
Yogur o Fruta, Pan y Agua
494 Kcal. 23g Prot. 40g H.C. 26g Lip.
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y pescado

JUEVES 4

Brócoli rehogado
Ragout de pollo
Patatas Panadera
Fruta Temporada, Pan Integral
537 Kcal. 26g Prot. 43g H.C. 26g Lip.
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Legumbre y huevo

JUEVES 11

Judías Verdes a la portuguesa
Garbanzos con jamón
Ens de lechuga y maíz
Fruta Temporada, Pan Integral
540 Kcal. 23g Prot. 48g H.C. 25g Lip.
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:
Pasta y huevo

JUEVES 18

Menú Especial de
Navidad



VIERNES 5

Paella valenciana
Bacalao a la riojana
Ens de lechuga y cebolla
Fruta Temporada, Pan y Agua
702 Kcal. 31g Prot. 75g H.C. 29g Lip.
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y pollo

VIERNES 12

Arroz con pollo
Bonito con tomate
Ens de lechuga y tomate
Fruta Temporada, Pan y Agua
616 Kcal. 31g Prot. 53g H.C. 29g Lip.
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y cerdo



Infantil

LEYENDA

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