

Mes de Diciembre de 2025

LUNES 1

Espirales gratinadas 
 Espinacas rehogadas con patatas 
 Cinta de lomo a la plancha 
 Ensalada Mixta 
 P Lácteo o Fruta, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 844 Kcal. 38 g Prot. 92g H.C. 33 g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Legumbre y pescado

LUNES 8

Festivo

LUNES 15

Coditos a la napolitana 
 Brócoli rehogado con patatas 
 Tortilla de queso 
 Ens de lechuga y Zanah 
 P Lácteo o Fruta, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 719 Kcal. 27g Prot. 63g H.C. 37g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y ternera

MARTES 2

Crema hortelana 
 Coliflor al ajillo 
 Merluza a las finas hierbas 
 Patatas Fritas 
 Fruta Temporada, Pan Integral 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 600 Kcal. 27g Prot. 57g H.C. 27g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

MARTES 9

Crema de calabacín con picatost 
 Acelgas a la gallega 
 Albóndigas guisadas 
 Patatas Dado 
 Fruta Temporada, Pan Integral 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 740 Kcal. 21g Prot. 61g H.C. 37g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Legumbre y pescado

MARTES 16

Arroz con tomate 
 Alcachofas salteadas 
 Abadejo a la andaluza 
 Ens de lechuga y cebolla 
 Fruta Temporada, Pan Integral 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 700 Kcal. 28g Prot. 74g H.C. 31g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y huevo

MIÉRCOLES 3

Judías blancas estofadas 
 Pisto 
 Tortilla de atún 
 Ens de lechuga y Zanah 
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 965 Kcal. 47g Prot. 68g H.C. 50g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y cerdo

MIÉRCOLES 10

Macarrones integrales a la boloñ 
 Alcachofas salteadas 
 Tortilla fr de calabacín 
 Ens de Lechuga y Remolacha 
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 899 Kcal. 31g Prot. 67g H.C. 52g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y pescado

MIÉRCOLES 17

Sopa de cocido 
 Repollo al pimentón 
 Cocido completo 

 Yogur o Fruta, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 652 Kcal. 29g Prot. 57g H.C. 33g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y pescado

Primaria

JUEVES 4

Brócoli rehogado 
 Ensalada verde 
 Ragout de pollo 
 Patatas Panadera 
 Fruta Temporada, Pan Integral 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 699 Kcal. 34g Prot. 59g H.C. 32g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Legumbre y huevo

JUEVES 11

Judías Verdes a la portuguesa 
 Crema de zanahorias 
 Garbanzos con jamón 
 Ens de lechuga y maíz 
 Fruta Temporada, Pan Integral 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 701 Kcal. 30g Prot. 63g H.C. 31g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Pasta y huevo

JUEVES 18

Menú Especial de Navidad 

VIERNES 5

Paella valenciana 
 Trío de verduras 
 Bacalao a la riojana 
 Ens de lechuga y cebolla 
 Fruta Temporada, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 878 Kcal. 39g Prot. 94g H.C. 36g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y pollo

VIERNES 12

Arroz con pollo 
 Espinacas rehogadas con patatas 
 Bonito con tomate 
 Ens de lechuga y tomate 
 Fruta Temporada, Pan y Agua 
MERIENDA: Bocadillo Variado
 809 Kcal. 40g Prot. 74g H.C. 37g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y cerdo

VIERNES 19

 - cacahuate
 - mostaza
 - ajo
 - soja
 - moluscos
 - altramuces
 - frutos de cáscara
 - crustáceos
 - sésamo
 - sulfitos
 - gluten
 - pescado
 - huevo
 - leche
 - puede contener trazas de varios

LEYENDA