

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

01
LENTEJAS CON VERDURAS/LENTILS IN STEW
BACALAO A LA ROTEÑA
(PIMIENTO ROJO, VERDE Y CEBOLLA)
COD WITH VEGETABLES WITH SALAD
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN,AGUA, FRUTA Y LECHE,BREAD,FRUITMILK
KCAL: 613.70 LIP 45.34
PROT. 28.29 HC 73.22

04
ARROZ TRES DELICIAS
THREE SEASONS RICE
ATÚN CON TOMATE
TUNA CUBES IN TOMATO SAUCE
ENSALADA DE LECHUGA/SALAD
AGUA, PAN ,FRUTA Y LECHE,BREAD,FRUIT
KCAL: 770.56 LIP 34.57
PROT. 24.73 HC 94.84

05
SOPA DE COCIDO/COCIDO SOUP
COCIDO COMPLETO/ FULL STEW
(ZANAHORIA,PATATAS,POLLO,TERNERA)
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 821.6 LIP 33.71
PROT. 46.36 HC 88.4

06
**FESTIVO
HOLIDAY**

07
**FESTIVO
HOLIDAY**

08
**FESTIVO
HOLIDAY**

11
CREMA DE VERDURAS/VEGETABLE CREAM
MAGRO DE CERDO CON TOMATE
PORK LOIN IN STEW WITH BOILED POTATOES
PATATAS VAPOR
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 821.6 LIP 33.71
PROT. 46.36 HC 88.40

12
LENTEJAS CON CHORIZO
LENTILS IN STEW WITH CHORIZO SAUSAGE
LIMANDA AL HORNO/BAKE LIMANDA STYLE
ENSALADA DE LECHUGA/ LETTUCE SALAD
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 631.20 LIP 30.66
PROT. 33.05 HC 55.97

13
ESPAGUETIS CON TOMATE
ESPAGUETTI WITH TOMATO SAUCE
POLLO AL TOMILLO CON PATATAS FRITAS
ROAST CHICKEN WITH CHIPS
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 727.48 LIP 49.42
PROT. 27.52 HC 42.91

14
JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS
WHITE PINTO BEANS WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS
POTATOS OMELETTE / SALAD
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
AGUA, PAN,FRUTA O YOGUR
KCAL: 773.03 LIP 21.98
PROT. 47.87 HC 74.85

15
ARROZ A BANDA
RICE WITH SHELFISH
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
BUTTERFISH BAKED IN TOMATO SAUCE
ENSALADA DE LECHUGA/ SALAD
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 722.97 LIP 39.60
PROT. 33.81 HC 72.84

18
JUDIAS VERDES CON JAMÓN
SAUTEED GREEN BEANS WITH HAM
ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA
BEEF STEW IN GARDENER SAUCE
ARROZ PILAW/ PILAW RICE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 710.77 LIP 28.74
PROT. 42.08 HC 68.10

19
SOPA DE COCIDO/ COCIDO SOUP
COCIDO COMPLETO / FULL STEW
(ZANAHORIA,PATATAS,POLLO,TERNERA)
(CHIKPEAS,VEGETABLE, POTATOES..)
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 821.6 LIP 33.71
PROT. 46.36 HC 88.4

20
PAELLA MIXTA
SEAFOOD AND MEAT PAELLA
TORTILLA FRANCESA/ OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA Y ATÚN/ SALAD
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 813.70 LIP 45.34
PROT. 28.29 HC 73.22

21
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
WHITE BEANS IN STEW WITH VEGETABLES
BACALAO CON TOMATE/ PATATAS VAPOR
COD IN TOMATO SAUCE/ POTATOES
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK
KCAL: 813.70 LIP 45.34
PROT. 28.29 HC 73.22

22
MACARRONES CON FRANKFURT
MACARONI WITH FRANKFURT
NUGGETS DE POLLO/ PATATAS FRITAS
CHICKEN NUGGETS WITH CHIPS
PAN, AGUA Y COPA DE CHOCOLATE
WATER,BREAD, CHOCOLAT MOUSEE
KCAL:677.88 LIP 24.47
PROT. 43.37 HC 74.34



**VACACIONES
HOLIDAY**

**VACACIONES
HOLIDAY**

**VACACIONES
HOLIDAY**

**VACACIONES
HOLIDAY**



**Feliz
Navidad**