

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con fideos	Crema de verduras y hortalizas	Lentejas guisadas con chorizo
Escalope de cerdo empanado	Medallón de salmón en salsa de naranja	Cocido completo al estilo tradicional	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce		Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
Kcal: 655,297 prot (g): 31,534 lip (g): 22,575 hc (g): 78,645	Kcal: 692,485 prot (g): 27,587 lip (g): 19,44 hc (g): 98,879	Kcal: 498,249 prot (g): 21,234 lip (g): 19,09 hc (g): 55,4	Kcal: 566,826 prot (g): 29,198 lip (g): 23,233 hc (g): 56,81	Kcal: 816,88 prot (g): 34,984 lip (g): 40,996 hc (g): 72,916
08	09	10	11	12
	Espirales salteados con champiñones y pavo	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras y salsa de soja
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Pollo al estilo riojano	Abadejo a la andaluza
NO LECTIVO	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
	Kcal: 433,108 prot (g): 22,476 lip (g): 15,99 hc (g): 51,877	Kcal: 552,007 prot (g): 29,764 lip (g): 16,58 hc (g): 66,825	Kcal: 590,486 prot (g): 26,389 lip (g): 24,095 hc (g): 63,188	Kcal: 650,508 prot (g): 29,58 lip (g): 19,534 hc (g): 88,398
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras	Macarrones al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de estrellas con caldo casero
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramuslo de pollo horneado o plancha	Perrito caliente
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Cous cous	Ensalada variada con brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
Kcal: 567,72 prot (g): 20,53 lip (g): 19,025 hc (g): 71,993	Kcal: 489,315 prot (g): 22,021 lip (g): 11,505 hc (g): 71,591	Kcal: 438,44 prot (g): 13,941 lip (g): 40,48 hc (g): 82,149	Kcal: 590,621 prot (g): 25,857 lip (g): 18,573 hc (g): 77,599	Kcal: 916,742 prot (g): 24,257 lip (g): 39,99 hc (g): 111,334
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Huevo



Verdura



Huevo



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Escalope de cerdo empanado Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Merluza en salsa de naranja Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Sopa casera de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Lentejas guisadas con chorizo Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras y salsa de soja Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón Cous cous Yogur y pan	Paella de verduritas Contramusto de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de estrellas con caldo casero Perrito caliente Patatas fritas Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos sin gluten napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con fideos sin gluten	Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias blancas con verduras
Cinta de lomo fresca a la plancha	Salmón al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	-	Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales sin gluten con champiñones	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Contramuslo de pollo en salsa	Abadejo al horno
	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de alubias blancas con verduras	Macarrones sin gluten al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de ave con fideos sin gluten
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramuslo de pollo horneado o plancha	Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Arroz blanco	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Postre especial sin alérgenos o fruta fresca de temporada y pan sin gluten
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos sin gluten napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con fideos sin gluten	Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias blancas con verduras
Cinta de lomo fresca a la plancha	Salmón al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	-	Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales sin gluten con champiñones	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Contramuslo de pollo en salsa	Abadejo al horno
	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de alubias blancas con verduras	Macarrones sin gluten al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de ave con fideos sin gluten
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramuslo de pollo horneado o plancha	Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Arroz blanco	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Postre especial sin alérgenos o fruta fresca de temporada y pan sin gluten
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido con fideos	Crema de verduras y hortalizas	Guiso de lentejas con verduras
Cinta de lomo fresca a la plancha	Salmón al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	-	Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Yogur de soja y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Pollo al estilo riojano	Abadejo al horno
	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur de soja y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur de soja y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras	Macarrones al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de estrellas con caldo casero
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramuslo de pollo horneado o plancha	Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Cous cous	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur de soja y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Postre especial sin alérgenos o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

Menú Sin pescado

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y queso fundido Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Sopa casera de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Lentejas guisadas con chorizo Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras y salsa de soja Revuelto de huevo y champiñones Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Pechuga de pavo al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón Cous cous Yogur y pan	Paella de verduritas Contramusto de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de estrellas con caldo casero Perrito caliente Patatas fritas Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Salmón al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur de soja y pan	Sopa casera de ave con fideos Garbanzos con patata y pollo - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur de soja y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Revuelto de huevo y champiñones Cous cous Yogur de soja y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa casera de ave con fideos Cinta de lomo fresca a la plancha Patatas fritas Postre especial sin alérgenos o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

Menú Alergia a mariscos. BIVALBOS (mejillones y almejas) y CEFALÓPODOS (calamar, sepia y pulpo).

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido con fideos	Crema de verduras y hortalizas	Lentejas guisadas con chorizo
Cinta de lomo fresca a la plancha	Salmón al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	-	Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras y salsa de soja
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Pollo al estilo riojano	Abadejo a la andaluza
	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras	Macarrones al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de estrellas con caldo casero
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramusto de pollo horneado o plancha	Perrito caliente
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Cous cous	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Salmón al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur desnatado sabor y pan	Sopa casera de ave con fideos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur desnatado sabor y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur desnatado sabor y pan	Crema de calabaza Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón - Yogur desnatado sabor y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de estrellas con caldo casero Cinta de lomo fresca a la plancha Patata al vapor Yogur desnatado sabor y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

Menú Intolerancia a las verduras de hoja ancha (acelga, lechuga, espinacas, brócoli, coliflor, repollo, guisantes, maíz)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido con fideos	Crema de calabacín y zanahoria	Lentejas guisadas con chorizo
Escalope de cerdo empanado	Medallón de salmón en salsa de naranja	Garbanzos con patata, pollo y ternera	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de tomate fresco	Calabaza al horno	-	Patatas dado	Zanahoria fresca rallada
Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Pollo al estilo riojano	Abadejo a la andaluza
	Zanahoria baby al vapor	Ensalada de tomate fresco	Patatas fritas	Tomate asado
	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras	Macarrones al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa de estrellas con caldo casero
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramusto de pollo horneado o plancha	Perrito caliente
Ensalada de tomate fresco	Zanahoria fresca rallada	Cous cous	Calabacín asado	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Escalope de cerdo empanado Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Medallón de salmón en salsa de naranja Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Sopa casera de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Lentejas guisadas con chorizo Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras y salsa de soja Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón Cous cous Yogur y pan	Paella de verduritas Contramusto de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de estrellas con caldo casero Perrito caliente Patatas fritas Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Escalope de cerdo empanado Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Medallón de salmón en salsa de naranja Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Sopa casera de cocido con fideos Cocido completo al estilo tradicional - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Lentejas guisadas con chorizo Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras y salsa de soja Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón Cous cous Yogur y pan	Paella de verduritas Contramusto de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa de estrellas con caldo casero Perrito caliente Patatas fritas Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate casera Salmón al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur de soja y pan	Sopa casera de ave con fideos Garbanzos con patata y pollo - Fruta fresca de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas Pollo asado Patatas dado Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y calabacín. Ensalada de col fresca Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	Guiso de garbanzos con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur de soja y pan	Crema de calabaza Pollo al estilo riojano Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan	Arroz con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan	Macarrones al pomodoro con albahaca Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan	Crema de puerro y zanahoria Revuelto de huevo y champiñones Cous cous Yogur de soja y pan	Paella de verduritas Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca de temporada y pan	Sopa casera de ave con fideos Cinta de lomo fresca a la plancha Patatas fritas Postre especial sin alérgenos o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad	 Vacaciones de Navidad		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Coditos napolitana	Arroz con salsa de tomate casera	Sopa casera de ave con fideos	Crema de verduras y hortalizas	Guiso de lentejas con verduras
Pechuga de pavo al horno/plancha	Medallón de salmón en salsa de naranja	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Pollo asado	Tortilla de patata y calabacín.
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	-	Patatas dado	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
08	09	10	11	12
NO LECTIVO	Espirales salteados con champiñones y pavo	Guiso de garbanzos con verduras	Crema de calabaza	Arroz con verduras y salsa de soja
	Tortilla francesa	Merluza al horno	Pollo al estilo riojano	Abadejo a la andaluza
	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Patatas fritas	Ensalada de lechuga y tomate fresco
	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan
15	16	17	18	MENU DE NAVIDAD
Guiso de lentejas con verduras	Macarrones al pomodoro con albahaca	Crema de puerro y zanahoria	Paella de verduritas	Sopa casera de ave con fideos
Tortilla de patata y cebolla	Merluza a la bilbaína	Albóndigas de ternera sin gluten, sin lactosa al chilindrón	Contramuslo de pollo horneado o plancha	Filete de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y maíz dulce	Cous cous	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Yogur y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Postre especial o fruta fresca de temporada y pan
22	23	24	25	26
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad
29	30	31	01	02
				
Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad	Vacaciones de Navidad		