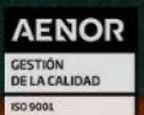
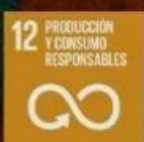


Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Crema de verduras de temporada Ensalada de queso (7) Albóndigas (1, 3, 6,12) jardinera Fruta de temporada Pan (1) integral	2 Ensalada variada (lechuga, zanahoria y maíz) Salteado de pavo con champiñones al ajillo (6) Lasaña de carne (1,3,6,7,10,12) Fruta de temporada Pan (1) integral	3 Sopa juliana de verduras <b>ECO</b> (1,3,6,10) Ensalada de completa con huevo (3) Pollo al horno a la manzana con guarnición de arroz Yogur (7)/ Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco	4 Ensalada completa con atún y huevo (3,4) Parrillada de verduras con salsa de soja (6) Fabada <b>ECO</b> asturiana (3,6) Fruta de temporada Pan (1) integral	5 Guisado de judías verdes, magro y verduras (2,4,13) Ensalada de queso (7) Salmón al eneldo (4) Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco
8 <b>FESTIVO</b>	9 Ensalada mixta (lechuga, tomate y pepino) Escalivada con huevo duro (3) Arroz con magra Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco	10 Estofado de alubias Ensalada de pavo (6) Colitas de rape al horno (1,4) con ensalada Fruta de temporada Pan (1) integral	11 Pasta integral carbonara (1,3,6,10,7) Ensalada de caballa (4) Pollo en salsa de zanahoria con ensalada Yogur (7)/ Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco	12 Crema de verduras <b>ECO</b> con picatostes (1,2,3,4,5,6,7,8,10,13) Ensalada de encurtidos (12) Tortilla de patata (3) con ensalada murciana Fruta de temporada Pan (1) integral
15 Ensalada mixta (lechuga, tomate y pepino) Filete de magro en salsa zanahoria (1) Lentejas <b>ECO</b> estofadas (1) Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco	16 Ensalada completa con huevo (3,4) Pisto con atún (4) Albóndigas (1, 3, 6,12) a la jardinera con menestra Fruta de temporada Pan (1) integral	17 Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y huevo)(3) Revuelto de espinacas al ajillo (3) Pasta <b>ECO</b> con atún y queso (1,3,6,10,7) Bacalao en salsa de tomate Yogur (7)/ Fruta de temporada Pan (1) integral	18 Crema de calabacín Ensalada oriental (con brotes y salsa de soja)(6) Hamburguesa de ternera (6,12) a la plancha con guisantes al ajillo Fruta de temporada Pan (1) integral	19 Guiso de patata, judías verdes y verduras Ensalada de pavo (6) Pescado fresco de lonja (4) Fruta de temporada Pan (1) integral y blanco
22 <b>ESPECIAL NAVIDAD</b> Nevada invernal (Sopa de lluvia 1,3,6,10) Bastones navideños (Flamenquines con patatas fritas (1,2,3,4,6,7,12,13) Ensalada variada Bocaditos dulces (1,3,6,7,5,8,10,11) Pan (1)	23	24	25	26
29	30	31	1	2
<b>VACACIONES</b>				





# Los duendes encienden la magia

En las noches de Navidad, los duendes salen en silencio con los bolsillos llenos de cintas de colores para adornar los árboles con estrellas y luces. Al despertar, todo brilla: es la magia de la Navidad, mientras los duendes sonrían felices desde su escondite.

## RECOMENDADOR DE CENAS

### Comida

- Pasta/ Arroz Proteína vegetal
- Pasta/ Arroz Pescado
- Pasta/ Arroz Huevos
- Verduras Carne
- Verduras Pescado
- Verduras Huevos
- Legumbres Carne
- Legumbres Pescado

### Cena

- Verduras Pescado
- Verduras Huevos
- Verduras Carne
- Pasta/ Arroz Proteína vegetal
- Pasta/ Arroz Pescado
- Pasta/ Arroz Huevos
- Verduras Carne
- Verduras Proteína vegetal

### Postre

- Lácteos Fruta
- Fruta Lácteos

Consulta toda la información nutricional y alérgenos de nuestra carta en el código QR:

