

DICIEMBRE DECEMBER

menús 1er trimestre · curso 2017-2018 / 1st trimester menus · 2017-2018 school year

Lunes Monday

Martes Tuesday

Miércoles Wednesday

Jueves Thursday

Viernes Friday



01 Kcal.708 Hc.104 Lip.20 Prot.30

- Garbanzos con espinacas
- Tortilla de patatas con ketchup
- Yogur

- Chickpeas with spinach
- Spanish omelette with ketchup
- Yoghurt

04 Kcal.667 Hc.93 Lip.20 Prot.31

- Patatas guisadas con ternera
- Filete merluza romana con limón
- Fruta

- Veal with potatoes stewed
- Breaded hake with lemon
- Fruit

05 Kcal.739 Hc.84 Lip.30 Prot.37

- Cocido montañés
- Alitas de pollo al ajillo con ensalada
- Yogur

- Mountain stew
- Chicken wings with garlic with salad
- Yoghurt

06

FIESTA

NOT SCHOOL

07

FIESTA

NOT SCHOOL

08

FIESTA

NOT SCHOOL

11 Kcal.635 Hc.100 Lip.19 Prot.19

- Caracollitos napolitana
- Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde
- Fruta

- Macaroni napolitana
- Meatballs fish in green sauce
- Fruit

12 Kcal.820 Hc.91 Lip.34 Prot.42

- Lentejas a la hortelana
- Huevos con salchichas y tomate
- Yogur

- Lentils "hortelana"
- Eggs with sausages and tomato sauce
- Yoghurt

13 Kcal.710 Hc.107 Lip.25 Prot.17

- Puré de verduras
- San Jacobo con ketchup
- Fruta

- Creamed vegetables
- Ham cordon bleu with ketchup
- Fruit

14 Kcal.704 Hc.100 Lip.18 Prot.39

- Alubias pintas estofadas
- Merluza a la gallega
- Yogur

- Pinto bean stew
- Hake in paprika sauce
- Yoghurt

15 Kcal.674 Hc.84 Lip.23 Prot.36

- Sopa maravilla
- Lomo de Sajonia con patatas fritas
- Fruta

- Noodle soup
- Pork chop with french fries
- Fruit

18 Kcal.587 Hc.75 Lip.18 Prot.34

- Crema de zanahoria
- Bacalao al horno con piperrada
- Yogur

- Carrot cream
- Baked cod with piperrada
- Yoghurt

19 Kcal.738 Hc.109 Lip.16 Prot.44

- Arroz tres delicias
- Pechuga de pollo con champiñones
- Fruta

- Chinese style rice
- Chicken breast with mushrooms
- Fruit

20 Kcal.796 Hc.118 Lip.25 Prot.29

- Garbanzos estofados
- Tortilla de chorizo con ensalada
- Fruta

- Chickpea stew
- Chorizo omelette with salad
- Fruit

21 Kcal.721 Hc.88 Lip.30 Prot.30

- Patatas con chorizo
- Merluza a la romana con mahonesa
- Fruta

- Potatoes with spicy
- Hake in batter with mayonnaise
- Fruit

22

MENÚ ESPECIAL

SPECIAL MENU

25

VACACIONES

HOLIDAYS

26

VACACIONES

HOLIDAYS

27

VACACIONES

HOLIDAYS

28

VACACIONES

HOLIDAYS

29

VACACIONES

HOLIDAYS

*Nota aclaratoria: Los datos ofrecidos a través de la valoración nutricional son orientativos, tomando como referencia un grupo de edad de 7-12 años.

*Explanatory note: The nutritional information given is approximate based on a reference group of children aged 7-12 years.