

# diciembre / December

2 lunes / Monday

Kcal.718 Hc.118 Lip.15 Prot.31

Arroz con tomate	White with tomato sauce
Muslo de pollo asado con verduras y patatas	Roast chicken with vegetables and potatoes
Fruta	Fruit

3 martes / Tuesday

Kcal.694 Hc.81 Lip.33 Prot.19

Cocido de judías verdes	Green beans stew
Tortilla de patatas con ensalada	Spanish omelette with salad
Fruta	Fruit

4 miercoles / Wednesday

Kcal.719 Hc.91 Lip.25 Prot.37

Lentejas ecológicas con verdura	Ecological lentils with vegetables
Suprema de merluza en salsa marinara con verduritas	Hake in marinara sauce with vegetables
Fruta	Fruit

5 jueves / Thursday

Kcal.642 Hc.96 Lip.11 Prot.19

Sopa de fideos	Chickpea broth
Pavo estofado con verduritas	Turkey stew with vegetables
Fruta	Fruit

6 viernes / Friday

No lectivo  
Not school

9 lunes / Monday

No lectivo  
Not school

10 martes / Tuesday

Kcal.707 Hc.81 Lip.38 Prot.14

Patatas con chorizo	Potatoes with spicy
Albóndigas de pescado en salsa de pimiento verde	Meatballs fish in green sauce
Fruta	Fruit

11 miercoles / Wednesday

Kcal.720 Hc.105 Lip.22 Prot.31

Cocido de garbanzos con compango	Chickpea stew
Tortilla de calabacin con ensalada	Zucchini omelette with salad
Fruta	Fruit

12 jueves / Thursday

Kcal.722 Hc.106 Lip.15 Prot.45

Crema de verduras	Creamed vegetables
Pechuga de pollo con patatas	Chicken breast with potatoes
Fruta	Fruit

13 viernes / Friday

Kcal.749 Hc.84 Lip.13 Prot.25

Pote asturiano	Bean stew with vegetables
Pescado fresco con tomate	Fresh fish with tomato
Yogur	Yoghurt

16 lunes / Monday

Kcal.755 Hc.151 Lip.46 Prot.44

Paella marinera	Seafood paella
Hamburguesa con salsa de tomate y ensalada	Burger in tomato sauce and salad
Yogur	Yoghurt

17 martes / Tuesday

Kcal.658 Hc.82 Lip.22 Prot.35

Sopa de verdura	Vegetable soup
Ragout de cerdo con verduras y patatas	Pork ragout with vegetables and potatoes
Fruta	Fruit

18 miercoles / Wednesday

Kcal.669 Hc.90 Lip.19 Prot.39

Lentejas con chorizo	Lentil with sausage
Bacalao al homo con piperrada	Baked cod with piperrada
Fruta	Fruit

19 jueves / Thursday

Kcal.718 Hc.102 Lip.23 Prot.24

Menestra de verduras	Mixed vegetables
Tortilla de chorizo con ensalada	Chorizo omelette with salad
Fruta	Fruit

20 viernes / Friday

Kcal.709 Hc.103 Lip.16 Prot.40

Garbanzos ecológicos estofados	Ecological chickpea stew
Merluza en salsa de manzana	Hake in apple sauce
Yogur	Yoghurt

23 lunes / Monday

Vacaciones  
Holidays

24 martes / Tuesday

Vacaciones  
Holidays

25 miercoles / Wednesday

Vacaciones  
Holidays

26 jueves / Thursday

Vacaciones  
Holidays

27 viernes / Friday

Vacaciones  
Holidays

30 lunes / Monday

Vacaciones  
Holidays

31 martes / Tuesday

Vacaciones  
Holidays

