



## lunes

## martes

## miércoles

## jueves

## viernes

	<p><b>1</b></p> <p>Espaguetis napolitana con tomate (Eco.) Merluza al horno con lechuga y tomate (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan integral Kcal:567 Hc:54 Pro:14 Lip:31</p>	<p><b>2</b></p> <p>Ensalada variada (Eco.) con Lechuga, tomate,zanahoria,maiz,aceituna (eco.) Alubias guisadas con chorizo y morcilla con patata, zanahoria, tomate (Eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:557 Hc:52 Pro:14 Lip:34</p>	<p><b>3</b></p> <p>Arroz con tomate (eco.) Filete lenguado en salsa vasca con calabacín al vapor (eco.) Yogur sabores y Pan Kcal:616 Hc:50 Pro:17 Lip:34</p>	<p><b>4</b></p> <p>Cazuela de verdura con fideos con zanahoria, cebolla, pimiento y calabacín (eco.) Contramuslo de pollo al ajillo con patata al horno (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:562 Hc:53 Pro:15 Lip:31</p>
<p><b>7</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>8</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>9</b></p> <p>Sopa de ave con fideos (eco.) con zanahoria, cebolla y puerro Albóndigas ternera y cerdo estofadas con patatas al horno Fruta de temporada (Eco.) y Pan integral Kcal:581 Hc:56 Pro:12 Lip:31</p>	<p><b>10</b></p> <p>Puchero de garbanzos (eco.) Tortilla de patatas con lechuga y pepino (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:604 Hc:56 Pro:12 Lip:32</p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de zanahoria (eco.) Palometa en salsa con arroz blanco (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:574 Hc:60 Pro:12 Lip:32</p>
<p><b>14</b></p> <p>Paella de verduras (eco.) con Arroz,tomate,zanahoria,guisantes (eco.) Halibut finas hierbas con zanahoria al vapor (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:581 Hc:55 Pro:12 Lip:35</p>	<p><b>15</b></p> <p>Alubias blancas estofadas (eco.) con patatas, zanahoria y tomate (eco.) Huevo duro en salsa de tomate con rehogado de verduras (eco.) zumo de naranja y Pan integral Kcal:615 Hc:52 Pro:16 Lip:31</p>	<p><b>16</b></p> <p>Crema de calabacín (Eco.) Lomo de cerdo en salsa al horno con patatas al vapor (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:524 Hc:53 Pro:13 Lip:35</p>	<p><b>17</b></p> <p>Cocido de garbanzos (eco.) Tortilla de patatas con lechuga y tomate (eco.) Yogur sabores y Pan (eco.) Kcal:611 Hc:50 Pro:14 Lip:37</p>	<p><b>18</b></p> <p>Ensalada mixta (eco.) con Lechuga, tomate,zanahoria,maiz,aceituna (eco.) Macarrones con tomate y atún blanco (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:616 Hc:54 Pro:17 Lip:29</p>
<p><b>21</b></p> <p>Lentejas a la riojana con patatas, zanahoria y tomate (eco.) Pollo al horno con tomate natural (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan (eco.) Kcal:570 Hc:48 Pro:17 Lip:34</p>	<p><b>22</b></p> <p>Coditos con pisto (eco.) con Tomate y calabacin (eco.) Tortilla de patatas con lechuga y pepino (eco.) Fruta de temporada (Eco.) y Pan integral Kcal:646 Hc:58 Pro:11 Lip:30</p>	<p><b>23</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	<p><b>24</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	<p><b>25</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>
<p><b>28</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	<p><b>29</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	<p><b>30</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	<p><b>31</b></p> <p><b>VACACIONES NAVIDAD</b></p>	