

MENÚ DICIEMBRE INFANTIL AYS 25-26

INFANTIL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	OLLA GITANA TORTILLA FRANCESA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON QUESO PASTA INTEGRAL CON SALMÓN PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON ATÚN ARROZ CON MAGRA PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 505 prot 12% gluc 60% lip 28%	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%	
SEMANA 2	FESTIVO	ENSALADA CON HUEVO ARROZ CON GARBANZOS PAN BLSNCO FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA VERDE PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE COCIDO MURCIANO CON PELOTA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE CALABACÍN GUISO DE POLLO CON VERDURITAS PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
		Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%	Kcal 515 prot 17% gluc 57% lip 26%	Kcal 484 prot 19% gluc 44% lip 37%	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%
SEMANA 3	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CÉSAR ESPIRALES CON CABALLA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE GUIZO DE MERLUZA CON VERDURITA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA ARROZ A LA CUBANA (SALCHICHA Y TORTILLA FRANCESA) CON SALSA DE TOMATE PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	NAVIDAD ENSALADA CON COPOS DE NIEVE GUISO DE MAGRA CON VERDURITAS PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 512 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 535 prot 15% gluc 62% lip 23%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%
SEMANA 4	ENSALADA CON HUEVO ESPIRALES CON ATÚN PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO				
	Kcal 505 prot 12% gluc 60% lip 28%				



MENÚ DICIEMBRE PRIMARIA AYS 25-26

PRIMARIA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2	OLLA GITANA TORTILLA FRANCESA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON QUESO PASTA INTEGRAL CON SALMÓN PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON ATÚN ARROZ Y MAGRA PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip ??%
SEMANA 3	FESTIVO	ENSALADA MEDITERRÁNEA ARROZ Y GARBANZOS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA VERDE PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA COCIDO MURCIANO CON PELOTA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE CALABACÍN POLLO A LA MURCIANA PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
		Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%
SEMANA 4	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CÉSAR ESPIRALES CON CABALLA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE PATATAS PANADERA CON MERLUZA EN SALSA VERDE PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA ARROZ A LA CUBANA (SALCHICHA Y TORTILLA FRANCESAS) CON SALSA DE TOMATE PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	NAVIDAD ENSALADA CON COPOS DE NIEVE LOMO CON PATATAS CHIPS PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 867 prot 15% gluc 58% lip 28%	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 867 prot 15% gluc 58% lip 28%	Kcal 724 prot 13% gluc 60% lip 27%
SEMANA 5	ENSALADA VERDE PASTA CON ATÚN Y TOMATE PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO				

