

**LUNES 5**  
FESTIVO

**MARTES 6**  
NO LECTIVO

**MIÉRCOLES 1**  
Crema de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Fritas  
Fruta, Pan y Agua  
580 Kcal. 21,6% Prot. 34% H.C. 44,3% Lip.

**JUEVES 2**  
Judías Pintas con Arroz  
Tortilla Francesa de Jamón  
Verduritas  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
695 Kcal. 20,7% Prot. 53,7% H.C. 24,4% Lip.

**VIERNES 3**  
Sopa de Ave  
Supremas de Merluza  
Ensalada Mixta  
Fruta, Pan y Agua  
587 Kcal. 18,9% Prot. 46,4% H.C. 34,3% Lip.

**LUNES 6**  
FESTIVO

**MARTES 7**  
NO LECTIVO

**MIÉRCOLES 8**  
FESTIVO

**JUEVES 9**  
Arroz Marinero  
Tortilla Paisana  
Ensalada del Chef  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
829 Kcal. 15,7% Prot. 45,1% H.C. 38,9% Lip.

**VIERNES 10**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta, Pan y Agua  
880 Kcal. 21,1% Prot. 39,9% H.C. 39% Lip.

**LUNES 13**  
Macarrones a la Napolitana  
Merluza a la Vizcaína  
Verduritas  
Fruta, Pan y Agua  
760 Kcal. 17% Prot. 53,6% H.C. 28,9% Lip.

**MARTES 14**  
Lentejas Estofadas  
Huevos con Bechamel  
Verduritas Dado  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
786 Kcal. 16,5% Prot. 50% H.C. 33,3% Lip.

**MIÉRCOLES 15**  
Crema de Espinacas y Zanah  
Jamoncitos de Pollo al Limón  
Patatas Fritas  
Fruta, Pan y Agua  
588 Kcal. 15,3% Prot. 46,1% H.C. 38% Lip.

**JUEVES 16**  
Patatas con Costillas  
Bacalao a la Vasca  
Ens de Lechuga y Zanah  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
746 Kcal. 13,1% Prot. 44,7% H.C. 42,1% Lip.

**VIERNES 17**  
Arroz con Tomate  
Salchichas al Horno  
Ens de Lechuga y Maíz  
Fruta, Pan y Agua  
805 Kcal. 10,9% Prot. 47,7% H.C. 41,1% Lip.

**LUNES 20**  
Judías Verdes con Patatas  
Albóndigas en Salsa  
Arroz Pilaf  
Fruta, Pan y Agua  
626 Kcal. 19% Prot. 50,3% H.C. 30,4% Lip.

**MARTES 21**  
COMIDA ESPECIAL  
DE NAVIDAD

**MIÉRCOLES 22**  
Arroz con Pisto  
Delicias de Pescado  
Ensalada del Chef  
Fruta, Pan y Agua  
769 Kcal. 13,7% Prot. 45,9% H.C. 40,2% Lip.

**JUEVES 23**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**VIERNES 24**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**LUNES 27**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**MARTES 28**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**MIÉRCOLES 29**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**JUEVES 30**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**VIERNES 31**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**LEYENDA**

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuces
- 🌾 - gluten
- 🍷 - mostaza
- 🥜 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🍌 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌿 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐚 - moluscos
- 🧂 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

# Primaria y Secundaria

**LUNES 5**  
FESTIVO

**MARTES 6**  
NO LECTIVO

**MIÉRCOLES 1**  
Crema de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Fritas  
Fruta, Pan y Agua  
487 Kcal. 21,5% Prot. 33,2% H.C. 45,1% Lip.

**JUEVES 2**  
Judías Pintas con Arroz  
Tortilla Francesa de Jamón  
Verduritas  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
473 Kcal. 19,3% Prot. 55,7% H.C. 24,1% Lip.

**VIERNES 3**  
Sopa de Ave  
Supremas de Merluza  
Ensalada Mixta  
Fruta, Pan y Agua  
485 Kcal. 17,4% Prot. 47,5% H.C. 34,7% Lip.

**LUNES 6**  
FESTIVO

**MARTES 7**  
NO LECTIVO

**MIÉRCOLES 8**  
FESTIVO

**JUEVES 9**  
Arroz Marinero  
Tortilla Paisana  
Ensalada del Chef  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
724 Kcal. 16,1% Prot. 40,8% H.C. 42,7% Lip.

**VIERNES 10**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta, Pan y Agua  
569 Kcal. 19,7% Prot. 47,6% H.C. 32,7% Lip.

**LUNES 13**  
Macarrones a la Napolitana  
Merluza a la Vizcaína  
Verduritas  
Fruta, Pan y Agua  
596 Kcal. 16,8% Prot. 53,6% H.C. 29,1% Lip.

**MARTES 14**  
Lentejas Estofadas  
Huevos con Bechamel  
Verduritas Dado  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
674 Kcal. 15,7% Prot. 46,1% H.C. 38% Lip.

**MIÉRCOLES 15**  
Crema de Espinacas y Zanah  
Jamoncitos de Pollo al Limón  
Patatas Fritas  
Fruta, Pan y Agua  
498 Kcal. 13,5% Prot. 44,6% H.C. 41,4% Lip.

**JUEVES 16**  
Patatas con Costillas  
Bacalao a la Vasca  
Ens de Lechuga y Zanah  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
688 Kcal. 12,7% Prot. 44,2% H.C. 43% Lip.

**VIERNES 17**  
Arroz con Tomate  
Salchichas al Horno  
Ens de Lechuga y Maíz  
Fruta, Pan y Agua  
675 Kcal. 10,9% Prot. 49% H.C. 39,9% Lip.

**LUNES 20**  
Judías Verdes con Patatas  
Albóndigas en Salsa  
Arroz Pilaf  
Fruta, Pan y Agua  
532 Kcal. 17,7% Prot. 50,8% H.C. 31,2% Lip.

**MARTES 21**  
COMIDA ESPECIAL  
DE NAVIDAD

**MIÉRCOLES 22**  
Arroz con Pisto  
Delicias de Pescado  
Ensalada del Chef  
Fruta, Pan y Agua  
701 Kcal. 14,1% Prot. 44,2% H.C. 41,5% Lip.

**JUEVES 23**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**VIERNES 24**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**LUNES 27**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**MARTES 28**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**MIÉRCOLES 29**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**JUEVES 30**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**VIERNES 31**  
VACACIONES DE  
NAVIDAD

**LEYENDA**

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuces
- 🌾 - gluten
- 🍌 - mostaza
- 🥥 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌰 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐌 - moluscos
- 🧂 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Infantil

