

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



**¡Feliz día de Reyes!** **6**



**DÍA NO LECTIVO**

**8**  
Espirales a la Napolitana  
San Jacobo de jamón y queso  
Champiñones rehogados  
Pan, fruta fresca

Kcal 664,1 Prot 28,7 lip 27,1 HC 77,58

**9**  
Arroz tres delicias  
Merluza en salsa verde  
Guisantes salteados  
Pan, fruta fresca

Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78

**10**  
Guiso de alubias Blancas  
Tortilla Española  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan, fruta fresca

Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9

**13**  
Macarrones con chorizo  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan, fruta fresca

Kcal 546 Prot 27,19 lip 20,14 HC 36,88

**14**  
Lentejas Castellanas  
Cinta de lomo al ajillo  
Pure de patata  
Pan, fruta fresca

Kcal 660 Prot 18,19 lip 26,74 HC 87,78

**15**  
Crema de calabaza  
Albóndigas a la jardinera  
Patatas dado  
Pan, fruta fresca

Kcal 539 Prot 32,3 lip 21,4 HC 64,18

**16**  
Sopa de Cocido  
Cocido completo con garbanzos,  
judías verdes y pollo  
Pan, postre lácteo

Kcal 460,5 Prot 26,39 lip 18,84 HC 47,38

**17**  
Patatas guisadas con carne  
Merluza Orly  
Ensalada de lechuga con maíz  
Pan, fruta fresca

Kcal 594,1 Prot 33,59 lip 21,04 HC 68,68

**20**  
Judías verdes huevo duro y pimentón  
Filete ruso en salsa de tomate  
Patatas en baston  
Pan, fruta fresca

Kcal 374,4 Prot 22,49 lip 10,64 HC 58,9

**21**  
Paella con caella  
Escalope de cerdo  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan, fruta fresca

Kcal 539 Prot 32,3 lip 21,4 HC 64,18

**22**  
Pure de verduras de temporada  
Pollo Asado en su jugo  
Patata panadera  
Pan, fruta fresca

Kcal 594,1 Prot 33,59 lip 21,04 HC 68,68

**23**  
Garbanzos estofados  
Tortilla a la francesa  
Pisto de verduras  
Pan, fruta fresca

Kcal 518,6 Prot 16,39 lip 24,54 HC 59

**24**  
Sopa de Lluvia  
Merluza a la vizcaína  
Pimientos rojos  
Pan, fruta fresca

Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78

**27**  
Arroz con tomate  
Huevos a la cazadora  
Patatas a la panadera  
Pan, fruta fresca

Kcal 546 Prot 27,19 lip 20,14 HC 36,88

**28**  
Espagueti carbonara  
Crujiente de merluza  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan, fruta fresca

Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78

**29**  
Lentejas campesinas  
Lomo a la plancha  
Champiñones rehogados  
Pan, fruta fresca

Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78

**JORNADA CASTILLA LA MANCHA 30**  
Atascaburras  
Carcamusas Toledanas  
Patatas dado  
Pan, Natillas

Kcal 500 Prot 33,29 lip 13,54 HC 62,38

**31**  
Crema de zanahoria  
Pechuga de pollo empanada  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan, fruta fresca

Kcal 582 Prot 16,9 lip 20,9 HC 81,9

