



# MENÚ

# DICIEMBRE

<p><b>LUNES 5</b></p> <p>Macarrones a la italiana  </p> <p>Limanda  </p> <p>Con verduras</p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57% Lípidos: 30 % Proteínas: 13%</p>	<p><b>MARTES 6</b></p>	<p><b>MIÉRCOLES 7</b></p> <p>Cocido Andaluz </p> <p>Merluza en Salsa </p> <p>Ensalada casera  </p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56% Lípidos: 30 % Proteínas: 14%</p>	<p><b>JUEVES 8</b></p>	<p><b>VIERNES 9</b></p> <p>Lentejas a la Castellana </p> <p>Tortilla de Jamón cocido </p> <p>Judías verdes salteadas</p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 56% Lípidos: 33 % Proteínas: 11%</p>
<p><b>LUNES 12</b></p> <p>Espirales a la carbonara  </p> <p>Tortilla francesa </p> <p>Con verduras</p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 664 Kcal Hid. Carb.: 58% Lípidos: 30 % Proteínas: 12%</p>	<p><b>MARTES 13</b></p> <p>Sopa de Pescada  </p> <p>Jamón en salsa</p> <p>Patatas </p> <p>Yogurt </p> <p>Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56% Lípidos: 30 % Proteínas: 14%</p>	<p><b>MIÉRCOLES 14</b></p> <p>Potaje de Garbanzos </p> <p>Cazón en salsa  </p> <p>Ensalada mixta</p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 55% Lípidos: 31 % Proteínas: 14%</p>	<p><b>JUEVES 15</b></p> <p>Arroz con carne</p> <p>Tilapia en salsa </p> <p>Ensalada Variada</p> <p>Postre Especial </p> <p>Energía: 658 Kcal Hid. Carb.: 57% Lípidos: 31 % Proteínas: 12%</p>	<p><b>VIERNES 16</b></p> <p>Alubias Estofadas </p> <p>Tortilla de patata </p> <p>Tomate con atún</p> <p>Fruta IV Gama</p> <p>Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57% Lípidos: 33 % Proteínas: 10%</p>





N.R.S. 26/5434/GR

# MENÚ

# DICIEMBRE

LUNES 19



Sopa Minestrone  
Carne en salsa



Patatas al vapor  
Fruta IV Gama

Energía: 640 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 32 % Proteínas: 11%

MARTES 20



Espaguetis a la Aurora



Darnet de Gallo  
Guisantes



Yogurt

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

MIÉRCOLES 21



Lentejas a la Jardinera



Tortilla de atún  
Ensalada de colores  
Fruta IV Gama

Energía: 646 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

JUEVES 22



Crema de Calabaza



Hamburguesa



Ensalada Casera



Yogurt

Energía: 664 Kcal Hid. Carb.: 58%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 12%

VIERNES 23



Alubias Pinta



Limanda en salsa  
Con Verduras  
Fruta IV Gama

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 33 % Proteínas: 10%

LUNES 26



Lentejas Jardinera



Merluza empanada  
Ensalada mixta  
Fruta IV Gama

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

MARTES 27



Sopa de Albóndigas



Salchichas con tomate  
Arroz



Yogurt

Energía: 639 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 31 % Proteínas: 12%

MIÉRCOLES 28



Crema de Zanahoria



Lenguado en Salsa  
Ensalada de Colores  
Fruta IV Gama

Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 14%

JUEVES 29



Cocido Andaluz



Croquetas Caseras  
Salteado de Judías



Postre Especial

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%  
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

VIERNES 30



Coditos Boloñesa



Tortilla Francesa  
Ensalada Variada  
Fruta IV Gama

Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 56%  
Lípidos: 33 % Proteínas: 11%

