

MENÚ ESCOLAR DICIEMBRE 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Patatas en salsa verde Pescado al horno Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de jamón york
				Sugerencia de cena: Carne (ternera)
4 Spaguetti carbonara Lomo con champiñones Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de mortadela	5 Cocido montañés Rabas Yogurt <i>A/M</i> : Fruta	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
Sugerencia de cena: Huevos	Sugerencia de cena: Carne o huevos			
11 Macarrones con tomate Pechuga pollo con ensalada Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de queso	12 Garbanzos con verduras Empanadillas Fruta <i>A/M</i> : Fruta	13 Puré de verduras Albóndigas con patatas Fruta <i>A/M</i> : Croissant	14 Alubias rojas con verduras Salchichas con puré Yogurt <i>A/M</i> : Fruta	15 Patatas Riojana Pescado al horno Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de pavo
Sugerencia de cena: Pescado	Sugerencia de cena: Carne (ternera)	Sugerencia de cena: Pescado	Sugerencia de cena: Huevos	Sugerencia de cena: Carne (cerdo)
18 Lentejas con verduras Filete ternera con patatas Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de salchichón	19 Arroz con tomate Pollo en salsa Yogurt <i>A/M</i> : Fruta	20 Sopa Ragut Fruta <i>A/M</i> : Bizcocho casero	21 Alubias con verduras Pescado al horno Fruta <i>A/M</i> : Fruta	22 Pizzas y croquetas Empanadillas y Patatas fritas Refrescos Dulces Navideños
Sugerencia de cena: Huevos	Sugerencia de cena: Pescado	Sugerencia de cena: Huevos o pescado	Sugerencia de cena: Carne (pollo)	



VACACIONES DE NAVIDAD
Del 23 de Diciembre al 7 de Enero



SANDRA CORRAL GONZÁLEZ
DIETISTA - NUTRICIONISTA

- No se especifica el tipo de pescado por depender de la situación del mercado y temporada. En el comedor de Verdemar sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, sarda y bonito.
- Martes y jueves se sirve pan integral