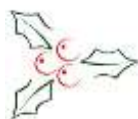


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Macarrones con tomate 1-3 San Jacobos 1-7 Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de salchichón 1 Sugerencia de cena: Pescado o huevo	3 Lentejas con verdura Tortilla de patatas 3 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Carne o pescado	4 Judías con patatas Pollo en salsa Yogurt 7 <i>A/M</i> : Sobao 1-3-7 Sugerencia de cena: Pescado	5 Alubias rojas con verdura Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Carne o huevos	6 FESTIVO
9 Espaguetti carbonara 1-3-7 Morcilla con patatas Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de chorizo 1 Sugerencia de cena: Carne o huevos	10 Garbanzo con verdura Salchichas con puré 7-12 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado	11 Puré de verdura 12 Hamburguesa salsa zanahoria 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M</i> : Pastas 1 Sugerencia de cena: Huevos o pescado	12 Cocido Montañés Filete con patatas 1 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado o huevos	13 Patatas en salsa verde Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de pavo 1 Sugerencia de cena: Carne
16 Lentejas con verduras Alitas Fruta <i>A/M</i> : Bocadillo de mortadela 1 Sugerencia de cena: Pescado o huevos	17 Arroz con tomate Pechuga de pollo con patatas 1 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Carne	18 Sopa 1-3 Carne con tomate Yogurt 7 <i>A/M</i> : Quesito con galletas 1-3-7 Sugerencia de cena: Huevos o pescado	19 Alubias roja con verdura Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Carne o huevos	20 Lomo con patatas fritas 1 Pizza casera 1-3-4-7-8 Empanadillas 1-2-3-4-13 Rabas 1-3-4-7 Refrescos Dulces Navideños



VACACIONES DE NAVIDAD
Del 23 de Diciembre al 7 de Enero



- Martes y jueves se sirve pan integral.
 - Se ofrece variedad de frutas de temporada y cercanía (mandarina, plátano, manzana, naranja, melón, sandía, uvas, kiwi, ciruelas etc.)
 - No se especifica el tipo de pescado por depender de la situación del mercado y temporada. Sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, sarda y bonito.
 - Para cocinar y aliñar los platos se utiliza sal yodada y aceite de oliva virgen extra.
 - Todos los días se ofrece fruta como alternativa en el aperitivo/merienda
 - Se sustituirán aquellos platos que contengan alérgenos a los alumnos con alguna alergia/intolerancia. Dicha información está disponible para aquellas familias que lo soliciten.
- Alérgenos que pueden contener los alimentos:



SANDRA CORRAL GONZÁLEZ
DIETISTA - NUTRICIONISTA

