

## MENÚ ESCOLAR DICIEMBRE 2025

- 2 días a la semana 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
- Todos los segundos platos se elaboran al horno a excepción de las patatas fritas
- No se utiliza azúcar en la elaboración del tomate.
- La pasta y el arroz son integrales, excepto la sopa.
- La legumbre y los purés se realizan con verduras frescas.
- Se sustituirán aquellos platos que contengan alérgenos a los alumnos con alguna alergia/intolerancia. Información disponible para aquellas familias que lo soliciten.

| LUNES                                                                                                                                               | MARTES                                                                                                                                               | MIÉRCOLES                                                                                                                                     | JUEVES                                                                                                                                                                | VIERNES                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b><br>Arroz 3 delicias 3-4<br>Lomo con pimientos 1<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de jamón York 1<br>Sugerencia cena: Tortilla de verduras | <b>2</b><br>Alubias blancas con verdura<br>Salchichas con patatas 12<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Pescado con ensalada          | <b>3</b><br>Puré de calabaza 12<br>Hamburguesa salsa zanahoria 1-3-7<br>Yogurt 7<br><i>A/M:</i> Pastas 1<br>Sugerencia cena: Huevos con pisto | <b>4</b><br>Marmita de bonito 4-12<br>San Jacobo 1-7<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Filite con ensalada                                            | <b>5</b><br>Macarrones con tomate 1-3<br>Pescado al horno con ensalada 1-4<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de queso 1-7<br>Sugerencia cena: Pollo al ajillo |
| <b>8</b><br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                          | <b>9</b><br>Lentejas con verdura<br>Pechuga pollo con champiñones 1<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de pavo 1<br>Sugerencia cena: Tortilla paisana | <b>10</b><br>Judías estofadas<br>Tortilla de patata 3-12<br>Yogurt 7<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sug. cena: Pescado con patata panadera           | <b>11</b><br>Spaguetti carbonara 1-3-7<br>Pescado al horno con ensalada 1-4<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de jamón York 1<br>Sugerencia cena: Filete con ensalada | <b>12</b><br>Alubias rojas con verdura<br>San Jacobo 1-7<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Tortilla de champiñones                            |
| <b>15</b><br>Lentejas con verdura<br>Alitas<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de queso 1-7<br>Sugerencia cena: Carne con verdura                    | <b>16</b><br>Arroz con tomate<br>Lomo asado en salsa<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Tortilla de bonito                            | <b>17</b><br>Sopa 1<br>Carne con tomate<br>Yogurt 7<br><i>A/M:</i> Quesito con galletas 1-3-7<br>Sugerencia cena: Pescado al horno            | <b>18</b><br>Garbanzos con espinacas<br>Pescado al horno con ensalada 1-4<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Lomo con pimientos                        | <b>19</b><br>Puré de verdura 12<br>Pollo en salsa<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Bocadillo de jamón York 1<br>Sugerencia cena: Pescado con verdura                   |
| <b>22</b><br>Macarrones bologñesa 1<br>Morcilla con patatas<br>Fruta<br><i>A/M:</i> Fruta<br>Sugerencia cena: Tortilla paisana                      | <b>23</b><br>Pizza 1-7<br>Empanadillas 1-2-3-4-13<br>Rabas 1-3-4-7<br>Patatas<br>Refrescos<br>Dulces Navideños                                       |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |

**VACACIONES DE NAVIDAD**  
 Del 24 de Diciembre  
 al 6 de Enero (Secundaria)  
 al 7 de Enero (Infantil y Primaria)



Alérgenos que pueden contener los alimentos:



SANDRA CORRAL GONZÁLEZ  
 DIETISTA - NUTRICIONISTA

