

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
				1 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>		2 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>		3 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	
6 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>		7 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>		8 Judías pintas Bacalao en salsa verde ( <b>pescado y gluten</b> ) Yogur ( <b>leche</b> ) y pan ( <b>gluten</b> )		9 Patatas con carne Empanadillas de atún con ensalada ( <b>gluten, pescado y huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		10 Sopa de verduras Hamburguesa con patatas ( <b>gluten, huevo y leche</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )	
				Kcal:837 KJ:3499 Hc: 96,6g Azúcares: 11,7g	Prot: 38,3g Grasa: 33,3g Satur: 7g	Kcal:855 KJ:3575 Hc: 98,4g Azúcares: 29,2g	Prot: 25,9g Grasa: 40g Satur: 8g	Kcal:843 KJ:3525 Hc: 83,6g Azúcares: 25,5g	Prot: 26,5g Grasa: 44,7g Satur: 13,8g
13 Pasta con chorizo ( <b>gluten, huevo</b> ) Merluza a la plancha con ensalada ( <b>pescado</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		14 Judías verdes con jamón Pollo rebozado con ensalada ( <b>gluten, huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		15 Sopa de cocido ( <b>gluten, huevo</b> ) Cocido completo Yogur ( <b>leche</b> ) y pan ( <b>gluten</b> )		16 Puré de calabacín Salmón a la plancha con patatas ( <b>pescado</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		17 Ensalada de pasta ( <b>gluten y huevo</b> ) San Jacobo con ensalada ( <b>gluten, leche y huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )	
Kcal:836 KJ:3494 Hc: 94,8g Azúcares:26,2 g		Kcal:829 KJ:3465 Hc: 46,1g Azúcares: 25,9g		Kcal:839 KJ:3506 Hc: 87,8g Azúcares: 8g		Kcal:824 KJ:3444 Hc: 61,3g Azúcares: 24,9g		Kcal:865 KJ:3615 Hc: 67,8g Azúcares: 25g	
20 Arroz con verduras Bacalao con tomate ( <b>pescado</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		21 Guisantes con Jamón Lomo adobado a la plancha Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		22 Lentejas guisadas Lacón con ensalada Yogur ( <b>leche</b> ) y pan ( <b>gluten</b> )		23 Coliflor gratinada ( <b>leche</b> ) Pollo asado con patatas ( <b>gluten y huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		24 Puré de verduras Merluza en salsa ( <b>pescado y gluten</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )	
Kcal:828 KJ:3462 Hc: 105,8g Azúcares: 21,3g		Kcal:823 KJ:3439 Hc: 74,4g Azúcares: 27,8g		Kcal:826 KJ:3454 Hc: 62,4g Azúcares: 12,9g		Kcal:830 KJ:3471 Hc: 72g Azúcares: 26,3g		Kcal:817 KJ:3417 Hc: 81,1g Azúcares: 28,9g	
27 Espaguetis con tomate y chorizo ( <b>gluten y huevo</b> ) Tortilla francesa ( <b>huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		28 Judías verdes salteadas Pollo a la plancha con patatas Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		29 Sopa de cocido ( <b>gluten, huevo</b> ) Cocido completo Yogur ( <b>leche</b> ) y pan ( <b>gluten</b> )		30 Puré de calabacín Chuletas con patatas Fruta y pan ( <b>gluten</b> )		31 Arroz tres delicias ( <b>huevo</b> ) Merluza a la romana con ensalada ( <b>pescado y huevo</b> ) Fruta y pan ( <b>gluten</b> )	
Kcal:837 KJ:3497 Hc: 98,9g Azúcares: 21,6g		Kcal:820 KJ:3426 Hc: 66,9g Azúcares: 25,9g		Kcal:839 KJ:3506 Hc: 87,8g Azúcares: 8g		Kcal:822 KJ:3434 Hc: 51,8g Azúcares: 22,6g		Kcal:830 KJ:3471 Hc: 94,6g Azúcares: 20,5g	