

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 con verdura Tortilla de patata con ensalada (huevo) Yogur (leche) y pan (gluten)		9 Patatas con verduras Empanadillas de verdura con ensalada (gluten y huevo) Fruta y pan (gluten)		10 Sopa de verduras Hamburguesa de zanahoria con patatas Fruta y pan (gluten)	
Kcal:836 KJ:3494 Hc: 94,8g Azúcares:26,2 g		Kcal:829 KJ:3465 Hc: 46,1g Azúcares: 25,9g		Kcal:837 KJ:3499 Hc: 96,6g Azúcares: 11,7g		Kcal:855 KJ:3575 Hc: 98,4g Azúcares: 29,2g		Kcal:843 KJ:3525 Hc: 83,6g Azúcares: 25,5g	
13 Pasta con verduras (gluten, huevo) Tortilla de champiñones con ensalada (huevo) Fruta y pan (gluten)		14 Judías verdes salteadas Nuggets vegetarianos con ensalada (gluten y huevo) Fruta y pan (gluten)		15 Sopa de verdura con fideos (gluten, huevo) Complemento de cocido sin carne Yogur (leche) y pan (gluten)		16 Puré de calabacín Brochetas de tofu marinado con verduras (gluten, soja) Fruta y pan (gluten)		17 Ensalada de pasta (gluten y huevo) Huevos cocidos en salsa de tomate (huevo) Fruta y pan (gluten)	
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 Huevos fritos con bastones de berenjena (huevo) Fruta y pan (gluten)		21 Guisantes rehogados con cebolla Hamburguesa de espinacas con patatas Fruta y pan (gluten)		22 Lentejas con verdura Tortilla de patata con ensalada (huevo) Yogur (leche) y pan (gluten)		23 Coliflor gratinada (leche) Tofu marinado a la plancha con salteado de patatas y verduras (soja, gluten) Fruta y pan (gluten)		24 Puré de verduras Ensalada de garbanzos Fruta y pan (gluten)	
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 (gluten y huevo) Tortilla francesa (huevo) Fruta y pan (gluten)		28 Judías verdes salteadas Quinoa con verduras y huevo duro (huevo) Fruta y pan (gluten)		29 Sopa de verdura con fideos (gluten, huevo) Complemento de cocido sin carne Yogur (leche) y pan (gluten)		30 Puré de calabacín Tortilla de queso (huevo y leche) Fruta y pan (gluten)		31 Arroz tres delicias sin jamón (huevo) Crudités de verdura (zanahoria, pepino) con hummus Fruta y pan (gluten)	
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	