

LUNES	MARTES	BASAL MIÉRCOLES	JUEVES	CARIDAD DEL COBRE VIERNES
<p><b>3</b></p> <p>Alubias pintas estofadas con beicon (pimiento rojo, tomate, beicon)</p> <p>Calamares fritos</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 804,75; Prot: 25,18; Lip: 35,94; HC: 86,82</p>	<p><b>4</b></p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Pechuga empanada de pollo</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 711,64; Prot: 29,92; Lip: 29,62; HC: 77,46</p>	<p><b>5</b></p> <p>Macarrones boloñesa (carne mixta, tomate, oregano)</p> <p>Merluza a la naranja</p> <p>Con calabacín al horno</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal: 773,09; Prot: 32,86; Lip: 25,66; HC: 98,32</p>	<p><b>6</b></p> <p>FESTIVO</p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
<p><b>10</b></p> <p>Patatas estofadas con verdura</p> <p>Croquetas de pescado</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 588,15; Prot: 12,86; Lip: 16,9; HC: 91,18</p>	<p><b>11</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos (pollo, zanahoria, puerro)</p> <p>Cocido completo (patata, ternera, tocino, zanahoria)</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 727,01; Prot: 28,19; Lip: 23,56; HC: 93,26</p>	<p><b>12</b></p> <p>Espirales con salchichas</p> <p>Merluza al limón</p> <p>Con calabacín al horno</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal: 719,49; Prot: 36,46; Lip: 20,26; HC: 94,08</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Jamoncitos de pollo asados</p> <p>Con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 674,23; Prot: 35,07; Lip: 25,93; HC: 70,47</p>	<p>Lentejas estofadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa c/ embutido</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta en almíbar/pan/agua</p> <p>Kcal: 595,37; Prot: 28,48; Lip: 17,61; HC: 79,68</p>
<p><b>17</b></p> <p>Arroz blanco con tomate</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Con ensalada</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal: 642,32; Prot: 29,18; Lip: 13,2; HC: 98,4</p>	<p><b>18</b></p> <p>Sopa de ave con letras</p> <p>Albóndigas en salsa con patatas fritas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 655,26; Prot: 20,2; Lip: 21,96; HC: 89,09</p>	<p><b>19</b></p> <p>Alubias blancas estofadas (patata, pimiento, zanahoria, cebolla, tomate)</p> <p>San Marino</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal: 590,6; Prot: 30,17; Lip: 14,58; HC: 75,91</p>	<p><b>20</b></p> <p>MENU ESPECIAL DE NAVIDAD</p>	<p>Farfalle con nata y bacon</p> <p>Empanadillas</p> <p>Fruta en almíbar/pan/agua</p> <p>Kcal: 767,31; Prot: 26,17; Lip: 27,28; HC: 101,67</p>
<p><b>24</b></p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p><b>25</b></p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p><b>26</b></p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p><b>27</b></p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>
<p><b>31</b></p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>				<p>El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años</p>