

LUNES	MARTES	1	MIÉRCOLES	2	JUEVES	3	VIERNES	4
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
7	8	9	10	11	12	13	14	15
VACACIONES DE NAVIDAD	<p><i>Espaguetis con salsa de tomate</i> <i>Rabas de calamar con lechuga y tomate</i> <i>Fruta, pan y agua</i> <i>Pasta with tomato sauce</i> <i>Breaded squid with salad</i> Kcal 658Pt 30,5Lip 18,3 HC 90,2</p>	<p><i>Crema de verduras y hortalizas naturales</i> <i>Ternera a la jardinera con patatas</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Natural vegetables soup</i> <i>Gardener beef with potatoes</i> 696,5Kcal Pt:31,1Lip:31,5 HC:68,7</p>	<p><i>Arroz con pollo</i> <i>Tortilla de patatas con lechuga y espárragos</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Rice with chicken</i> <i>Spanish omelette with lettuce</i> 729,3Kcal Pt:33,9Lip:26,6 HC:85,3</p>	<p><i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria</i> <i>Yogurt ,pan y agua</i> <i>"Cocido" soup with noodles</i> <i>Chickpeas with sausage, potatoes</i> 658,9Kcal Pt:32,9Lip:13,6HC:95,5</p>	16	17	18	19
<p><i>Lentejas estofadas</i> <i>Tortilla francesa lechuga y tomate</i> <i>Fruta , pan y agua</i> <i>Stew lentils</i> <i>French omelette with salad</i> 638,5Kcal Pt37,4 Lip19,4 HC:73,5</p>	<p><i>Arroz con salsa de tomate</i> <i>Fletán al horno lechuga y maíz</i> <i>Fruta, pan y agua</i> <i>Rice with tomato sauce</i> <i>Baked fletan with lettuce, corn</i> 753,8Kcal Pt:38,8Lip:23,8 HC:95,3</p>	<p><i>Judías verdes rehogadas</i> <i>Albóndigas de ternera en salsa con patatitas</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Sautéed green beans</i> <i>Veal meatballs in sauce with potatoes</i> 845,0Kcal Pt:36,9Lip:43,2 HC:71,6</p>	<p><i>Espaguetis aglio e olio (ajillo)</i> <i>Filete de rape a la romana lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Spaguetti with garlic</i> <i>Roman monkfish with lettuce, carrot</i> 508,8Kcal Pt:27,0Lip:13,7 HC:70,9</p>	<p><i>Sopa de picadillo con fideos</i> <i>Escalope de cerdo con lechuga, tomate y maíz</i> <i>Yogurt ,pan y agua</i> <i>Noodles soup with mincemeant</i> <i>Pork fillet with salad</i> 658,9Kcal Pt:32,9Lip:13,6HC:95,5</p>	20	21	22	23
<p><i>Macarrones al graten</i> <i>Jurel en salsa de puerros con lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta , pan y agua</i> <i>Baked pasta</i> <i>Leek sauce hors mackerel wiht lettuce</i> 627,2KcalPt:29,9Lip:17,4 HC:83,5</p>	<p><i>Alubias blancas guisadas con verduras</i> <i>Tortilla francesa con jamón york con pisto manchego</i> <i>Fruta , pan y agua</i> <i>Stew beans with vegetables</i> <i>French ham omelette with pisto</i> 623,0Kcal Pt:19,9Lip:19,0HC:82,8</p>	<p><i>Arroz con pollo</i> <i>Merluza en salsa verde con guisantes naturales</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Rice with chicken</i> <i>Green sauce hake with natural peas</i> 704,0Kcal Pt:31,3Lip:19,7HC:95,6</p>	<p><i>Crema de coliflor</i> <i>Estofado de pavo con patatitas</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Cauliflower Soup</i> <i>Stew turkey with potatoes</i> 845,0Kcal Pt:36,9Lip:43,2 HC:71,6</p>	<p><i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria</i> <i>Yogurt ,pan y agua</i> <i>"Cocido" soup with noodles</i> <i>Chickpeas with sausage, potatoes</i> 658,9Kcal Pt:32,9Lip:13,6HC:95,5</p>	24	25	26	27
<p><i>Espirales a la carbonara</i> <i>Bacalao orly con lechuga y remolacha</i> <i>Fruta , pan y agua</i> <i>Carbonara pasta</i> <i>Cod with lettuce and beetroot</i> 726,9Kcal Pt:22,8Lip:31,2 HC:85,4</p>	<p><i>Crema de calabacin y hortalizas</i> <i>Pollo asado en su jugo lechuga y tomate</i> <i>Fruta, pan y agua</i> <i>Zuchinni and vegetables soup</i> <i>Baked chicken with lettuce, tomato</i> 715,1Kca Pt36,4Lip:26,4 HC:77,4</p>	<p><i>Lentejas ecológicas con verduras</i> <i>Tortilla de queso con lechuga y maíz</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Ecologic lentils with vegetables</i> <i>Cheese omelette with lettuce, corn</i> 655,3Kcal Pt:23,7Lip:22,6HC:84,5</p>	<p><i>Arroz tres delicias</i> <i>Croquetas y empanadillas lechuga y remolacha</i> <i>Fruta ,pan y agua</i> <i>Three-delight rice</i> <i>Croquettes and small pies with lettuce and beet</i> 646,8KcalPt:27,8Lip:16,9 HC:94,3</p>	<p>" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "</p>	28	29	30	31