



LUNES 4				MARTES 5				MIÉRCOLES 6				JUEVES 7				VIERNES 8			
<i>! Vacaciones de Navidad i</i>																			
LUNES 11				MARTES 12				MIÉRCOLES 13				JUEVES 14				VIERNES 15			
Arroz con tomate Huevos fritos con bacón Fruta				Espirales gratinados Lenguado al limón Guarnición de verduras Yogur				Sopa de fideos Cocido completo Guarnición de verduras Fruta				Patatas riojanas Salchichas Guarnición de ensalada Fruta				Puré de verduras Pollo asado Guarnición de patata dado Natillas			
Kcal: 594,9	Prótidos: 16,811	Glúcidos: 63,488	Lípidos: 34,817	Kcal: 648,39	Prótidos: 22,2699	Glúcidos: 108,5769	Lípidos: 15,66	Kcal: 504,9	Prótidos: 18,799	Glúcidos: 97,234	Lípidos: 8,105	Kcal: 603,3	Prótidos: 26,229	Glúcidos: 93,239	Lípidos: 15,915	Kcal: 552,75	Prótidos: 34,3975	Glúcidos: 55,66	Lípidos: 25,6925
LUNES 18				MARTES 19				MIÉRCOLES 20				JUEVES 21				VIERNES 22			
Macarrones con tomate Merluza a la romana Guarnición de ensalada Fruta				Puré de calabacín Maza De Cerdo Con Manzana Yogur				Judías blancas Tortilla de jamón york Guarnición de ensalada de tomate Fruta				Sopa de estrellas Albóndigas caseras Guarnición de patata dado Fruta				Arroz con pollo Empanadillas Guarnición de lechuga Natillas			
Kcal: 514,5	Prótidos: 26,538	Glúcidos: 80,004	Lípidos: 12,84	Kcal: 1226,165	Prótidos: 76,9975	Glúcidos: 117,275	Lípidos: 101,9825	Kcal: 668,1	Prótidos: 28,61	Glúcidos: 58,036	Lípidos: 40,33	Kcal: 597	Prótidos: 15,96	Glúcidos: 112,26	Lípidos: 13,59	Kcal: 840,24	Prótidos: 14,83	Glúcidos: 132,311	Lípidos: 28,222
LUNES 25				MARTES 26				MIÉRCOLES 27				JUEVES 28				VIERNES 29			
Arroz tres delicias Ragout de ternera Guarnición de verduras Fruta				Patatas guisadas Palitos de merluza Guarnición de ensalada Yogur				Lentejas con hortalizas Tortilla de patatas Guarnición de ensalada Fruta				Espaguetis boloñesa Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de patatas chips Fruta				<i>Día de la Enseñanza</i>			
Kcal: 612,5	Prótidos: 58,718	Glúcidos: 43,873	Lípidos: 25,734	Kcal: 545,25	Prótidos: 39,8075	Glúcidos: 44,2	Lípidos: 22,0975	Kcal: 661,5	Prótidos: 23,558	Glúcidos: 85,059	Lípidos: 17,795	Kcal: 602,7	Prótidos: 35,665	Glúcidos: 60,435	Lípidos: 70,585				