

DECEMBER

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

4 **1°** Lentils with leek
2° Pomfret with tomato sauce
Dessert Fruit Bread
Kcal 815 Glu 106 Lip 23 Pro 50

5 **1°** Paella
2° Beef casserole with mushrooms
Dessert Yogurt Bread
Kcal 933 Glu 140 Lip 22 Pro 52

6 HOLIDAY

7 HOLIDAY

8 **1°** Rain soup
2° Spanish omelette with lettuce
Dessert Fruit Bread
Kcal 739 Glu 86 Lip 34 Pro 22

11 **1°** Spaghetti with tomato sauce
2° San jacob with lettuce
Dessert Actimel¹ Bread
Kcal 915 Glu 130 Lip 37 Pro 22

12 **1°** Vegetable stew
2° Hamburgers of veal with mushrooms
Dessert Fruit Bread
Kcal 763 Glu 74 Lip 36 Pro 37

13 **1°** Noodle and chicken soup
2° Pork loin with peppers
Dessert Yogurt Bread
Kcal 670 Glu 75 Lip 27 Pro 36

14 **1°** Chickpeas with chorizo
2° Hake with marinel sauce
Dessert Fruit Bread
Kcal 791 Glu 104 Lip 25 Pro 41

15 **1°** Spinach cream
2° Grilled chicken tight with salad
Dessert Fruit Bread
Kcal 788 Glu 77 Lip 30 Pro 43

18 **1°** Green beans with potatoes
2° Sausages with ketchup
Dessert Fruit Bread
Kcal 770 Glu 82 Lip 40 Pro 23

19 **1°** Lentils with vegetable
2° Chicken breast with carrot and courgette
Dessert Yogurt Bread
Kcal 828 Glu 102 Lip 25 Pro 58

20 **1°** Special fried rice
2° Beef casserole with vegetables
Dessert Fruit Bread
Kcal 894 Glu 139 Lip 20 Pro 47

21 **1°** Red beans with carrot
2° Cood with corn salad
Dessert Fruit Bread
Kcal 811 Glu 104 Lip 25 Pro 45

22 **1°** Pumpkin cream
2° Spanish omelette with lettuce
Dessert Special des. Bread
Kcal 886 Glu 96 Lip 45 Pro 34

DICIEMBRE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 **1°** Lentejas con puerros
2° Palometa con tomate
Postre Fruta Pan
Kcal 815 Glu 106 Lip 23 Pro 50

5 **1°** Paella
2° Guisado de ternera con champiñones
Postre Yogur Pan
Kcal 933 Glu 140 Lip 22 Pro 52

6 FIESTA

7 PUENTE

8 **1°** Sopa de lluvia
2° Tortilla de patata con lechuga
Postre Fruta Pan
Kcal 739 Glu 86 Lip 34 Pro 22

11 **1°** Espaguettis con tomate
2° San jacob con lechuga
Postre Yogur bebible Pan
Kcal 915 Glu 130 Lip 37 Pro 22

12 **1°** Menestra de verduras
2° Hamburguesas de ternera c/champiñones
Postre Fruta Pan
Kcal 763 Glu 74 Lip 36 Pro 37

13 **1°** Sopa de fideo y ave
2° Lomo adobado de cerdo con pimientos
Postre Yogur Pan
Kcal 670 Glu 75 Lip 27 Pro 36

14 **1°** Garbanzos con chorizo
2° Merluza al horno en salsa marinera
Postre Fruta Pan
Kcal 791 Glu 104 Lip 25 Pro 41

15 **1°** Crema de espinacas
2° Muslo de pollo asado con ensalada
Postre Fruta Pan
Kcal 788 Glu 77 Lip 30 Pro 43

18 **1°** Judías verdes con patatas
2° Saichichas al horno con ketchup
Postre Fruta Pan
Kcal 770 Glu 82 Lip 40 Pro 23

19 **1°** Lentejas con verduras
2° Pechuga de pollo emp. con zan y calab
Postre Yogur Pan
Kcal 828 Glu 102 Lip 25 Pro 58

20 **1°** Arroz tres delicias
2° Guisado de ternera a la jardinera
Postre Fruta Pan
Kcal 894 Glu 139 Lip 20 Pro 47

21 **1°** Alubias rojas con zanahoria
2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz
Postre Fruta Pan
Kcal 811 Glu 104 Lip 25 Pro 45

22 **1°** Crema de calabaza
2° Tortilla de patata con lechuga
Postre Postre esp. Pan
Kcal 886 Glu 96 Lip 45 Pro 34