

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>4 Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 721 Lip: 27,97 Prot: 18,15 HC: 102,85 Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>5 Pochas con Chistorra Magras con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>6</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA NAVARRA</p> <p>Kcal: 846 Lip: 28,21 Prot: 45,60 HC: 87,63 Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>1 Garbanzos Estofados con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 704 Lip: 21,37 Prot: 37,88 HC: 92,63 Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p> <p>8</p> <p>FESTIVO</p>
<p>11 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 699 Lip: 27,52 Prot: 28,70 HC: 87,42 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>12 Arroz a Banda Rotti de Pavo al Horno Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 672 Lip: 19,19 Prot: 33,15 HC: 94,05 Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>13 Sopa de Picadillo de Pollo Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 550 Lip: 19,59 Prot: 33,17 HC: 60,81 Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>14 Crema de Calabacín ECO Filetes Rusos con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 690 Lip: 24,49 Prot: 22,69 HC: 78,18 Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>15 Garbanzos Encebollados con Chorizo Rabas de Calamar Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 771 Lip: 29,37 Prot: 27,05 HC: 102,67 Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>18 Tallarines a la Boloñesa Gallo a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 685 Lip: 18,51 Prot: 44,00 HC: 84,58 Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>19 Arroz Tres Delicias Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 652 Lip: 28,27 Prot: 23,20 HC: 75,53 Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>20 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 651 Lip: 15,49 Prot: 39,80 HC: 91,26 Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>21 Crema de Verduras ECO Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada</p> <p>Kcal: 610 Lip: 21,01 Prot: 38,17 HC: 67,66 Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>22 Entremeses Fríos (York, Chorizo y Salchichón) Hamburguesa de Ternera Completa Patatas Fritas Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños</p> <p>Kcal: 884 Lip: 41,18 Prot: 37,37 HC: 91,88 Cena: Pasta + Huevo + Fruta</p> <p>Feliz Navidad</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.