



Diciembre 2020

**C.E.I.P. TRAJANO**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 de diciembre de 2020	2 de diciembre de 2020	3 de diciembre de 2020	4 de diciembre de 2020
		Crema de Verduras Hamburguesa con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, pan integral, yogur y agua	Garbanzos Estofados Merluza al Horno Encebollada Arroz Pilaf Fruta, pan y agua	Espirales con Tomate Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Judías Verdes al Ajillo Fruta, pan integral, yogur y agua	Alubias Blancas con Chorizo Tortilla Francesa Calabacín Fruta, pan y agua
V.N.		Kcal: 644 Lip: 28,68 Prot: 26,95 HC: 73,18	Kcal: 652 Lip: 20,86 Prot: 28,53 HC: 90,79	Kcal: 747 Lip: 28,82 Prot: 36,43 HC: 85,55	Kcal: 569,68 Lip: 23,96 Prot: 19,88 HC: 69,50
	7 de diciembre de 2020	8 de diciembre de 2020	9 de diciembre de 2020	10 de diciembre de 2020	11 de diciembre de 2020
	FESTIVO	FESTIVO	Coditos con Atún Tortilla de Patata Calabaza Fruta, pan y agua	Potaje de Lentejas con Calabaza Pollo al Horno Marinado Guisantes Salteados Fruta, pan integral, yogur y agua	Arroz con Tomate Filetes de Caballa Patatas Panaderas al Horno Fruta, pan y agua
V.N.			Kcal: 769 Lip: 32,39 Prot: 18,89 HC: 92,40	Kcal: 611 Lip: 24,27 Prot: 33,90 HC: 68,13	Kcal: 721,31 Lip: 23,12 Prot: 31,25 HC: 100,07
	14 de diciembre de 2020	15 de diciembre de 2020	16 de diciembre de 2020	17 de diciembre de 2020	18 de diciembre de 2020
	Macarrones con Tomate Salmón al Horno con Hierbas Aromaticas Menestra Salteada Fruta, pan y agua	Garbanzos Estofados con Chorizo Tortilla de Patatas con Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, pan integral, yogur y agua	Crema de Zanahoria Albóndigas de Cerdo a la Jardinera Guisantes Salteados Fruta, pan y agua	Lentejas Estofadas Merluza en Salsa de Tomate Champiñones Salteados Fruta, pan integral, yogur y agua	Arroz con Verduras Rotti de Pavo Zanahorias al Vapor Fruta, pan y agua
V.N.	Kcal: 705 Lip: 25,32 Prot: 30,57 HC: 83,35	Kcal: 790 Lip: 31,44 Prot: 34,43 HC: 99,02	Kcal: 674 Lip: 32,40 Prot: 18,68 HC: 78,38	Kcal: 617 Lip: 28,97 Prot: 27,72 HC: 64,36	Kcal: 679,08 Lip: 26,37 Prot: 25,05 HC: 88,3
	21 de diciembre de 2020	22 de diciembre de 2020			
	Crema de Verduras Buñuelos de Bacalao Arroz Pilaf Fruta, pan y agua	Tallarines con Queso Pollo Asado Patatas Panaderas al Horno Natillas, pan integral y agua			
V.N.	Kcal: 794 Lip: 30,48 Prot: 17,39 HC: 114,43	Kcal: 822 Lip: 31,50 Prot: 35,09 HC: 100,36			

