

MES: Diciembre 2023

VAL DE LA ATALAYA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>						
<p>4</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Estofado de pavo con verduras Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.437/583 GT:16 GS:3 HC:59 AZ:21 PROT:22 SAL:2</p>	<p>5</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:2.610/624 GT:20 GS:5 HC:81 AZ:20 PROT:29 SAL:3</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.445/585 GT:20 GS:8 HC:72 AZ:19 PROT:26 SAL:4</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.580/617 GT:17 GS:3 HC:88 AZ:27 PROT:26 SAL:4</p>	<p>8</p> <p>FESTIVO 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.596/621 GT:20 GS:4 HC:64 AZ:16 PROT:19 SAL:4</p>	<p>9</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>10</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>
<p>11</p> <p>Potaje de garbanzos Tortilla alemana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.431/582 GT:26 GS:5 HC:61 AZ:19 PROT:23 SAL:5</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín Empanada de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>13</p> <p>Lentejas a la campesina Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.447/585 GT:21 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>	<p>14</p> <p>Arroz caldoso de verduras Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.659/636 GT:21 GS:8 HC:91 AZ:23 PROT:17 SAL:5</p>	<p>15</p> <p>Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>	<p>16</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>17</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>
<p>18</p> <p>Lentejas castellanas Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Sopa minestrone Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>20</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.447/585 GT:21 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>	<p>21</p> <p>Crema de verduras Pizza casera de quesos Yogur y pan integral (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.659/636 GT:21 GS:8 HC:91 AZ:23 PROT:17 SAL:5</p>	<p>22</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>	<p>23</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>24</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>
<p>25</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>	<p>26</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>27</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:2.447/585 GT:21 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>	<p>28</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.659/636 GT:21 GS:8 HC:91 AZ:23 PROT:17 SAL:5</p>	<p>29</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>	<p>30</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.514/601 GT:22 GS:5 HC:68 AZ:20 PROT:32 SAL:5</p>	<p>31</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.410/577 GT:12 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:34 SAL:4</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES