



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FUSILLI AL PESTO (1,3,7,8) TORTILLA A LA FRANCESA CON JAMÓN (3,6,7) ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Merluza al horno con cebolla, tomate y patata / Fruta</i>	CREMA DE VERDURAS DE INVIERNO CON GARBANZOS POLLO ASADO AL ROMERO CHAMPIÑONES Y PATATA DUQUESA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Sopa de pasta y tortilla con ensalada / Fruta</i>	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA SALMÓN A LA PLANCHA CON BRÓCOLI (4) ENSALADA VARIADA CON MAÍZ Y REMOLACHA YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Pollo a la plancha con salteado de couscous con verduras / Fruta</i>	GUIISO DE LENTEJAS CON VERDURAS Y LECHE DE COCO SALCHICHAS DE PAVO CON SALSA DEMI GLACÉ DADOS DE TOMATE Y PEPINOS ALIÑADOS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Empanadillas caseras al horno variadas / Fruta</i>	<b>FESTIVO</b>
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	
MACARRONES integrales CON SALSA DE QUESO (1,3,7) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA VARIADA CON ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Guiso de lentejas con verduras y patata / Fruta</i>	ENSALADA CÉSAR (1,3,7) PAELLA DE PESCADO Y MARISCO (2,4,14)  (allioli, opcional) (3) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Sopa de pasta y tortilla de patata con calabacín / Fruta</i>	POTAJE DE ALUBIAS CON ESPINACAS ALBONDIGAS DE TERNERA CASERAS (babilla y falda de ternera) VERDURAS Y PATATA ROSTI MACEDONIA DE FRUTA FRESCA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Lomo de merluza al horno con cebolla, zanahoria y patata / Fruta</i>	CREMA DE CALABAZA CON CROSTONES (1) MUSLOS DE POLLO CON SALSA CAZADORA ARROZ INTEGRAL YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Ensalada y Revuelto de huevo con tomate y pan tostado / Fruta</i>	VIERNES 13 SOPA DE CALDO DE POLLO CON FIDEOS (1,3) CAP ROIG A LA PLANCHA (4) CON PIMIENTOS SALTEADOS (4) CRUDITÉS DE PEPINO Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Puré de calabaza y quiche de espinacas / Fruta</i>
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
ARROZ SALTEADO CON VERDURAS Y HIERBABUENA TORTILLA A LA FRANCESA (3) ENSALADA VARIADA CON MANZANA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Lengado enharinado con judías verdes con tomate / Fruta</i>	ENSALADA DE PATATA, GUISANTES, ATÚN (mayonesa opcional) (4) CHILI CON CARNE DE TERNERA Y ALUBIAS VERDURAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Lentejas guisadas con arroz y verduras / Fruta</i>	ESPAGUETIS CON ALMEJAS Y GAMBAS (1,2,3,14) BACALAO AL HORNO CON TOMATE (4) GUISANTES Y ZANAHORIA YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta</i>	CREMA DE BRÓCOLI PIZZA DE JAMÓN Y CHAMPIÑONES (1,6,7) ENSALADA VARIADA CON AGUACATE FRUTA y DULCES DE NAVIDAD <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Hamburguesa casera con patata y champiñones / Fruta</i>	<b>Inicio de las vacaciones de Navidad</b>



¡Felices Fiestas!

**Alérgenos presentes:**

1: Cereales con gluten y derivados 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo  
 12: Dióxido de azufre y sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

Menú consensuado por Ismael Rosa Clemente (Jefe de cocina) y María Colomer Valiente (Dietista-nutricionista)