



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
DÍA 01	DÍA 02	DÍA 03	DÍA 04	DÍA 05
* Tallarines ala Italiana	* Lentejas Guisadas con Chorizo	* Crema de Puerros	* Sopa de Cocido	* Patatas Guisadas con Costillas
* Filete de Merluza a la Romana con Zanahoria Baby	* Huevos Duros a la Riojana	* Pollo Asado con ensalada.	* Garbanzos, Carne, Pollo, Chorizo, Patatas, Zanahorias y Repollo	* Nuggets de Ternera con Lechuga y Maíz
* Petit	* Fruta	* Fruta	* Yogur	* Fruta
DÍA 08	DÍA 09	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
FIESTA	* Judías Blancas con Chorizo	* Arroz Blanco con Tomate Frito	* Crema de Calabacín	* Macarrones Boloñesa
	* Tortilla Española con Lechuga y Zanahoria	* San Jacobo con Verduritas	* Escalope de aguja empanado con lechuga y aceitunas.	* Albóndigas a la Casera con Patatas y Guisantes
	* Fruta	* Fruta	* Petit	* Fruta
DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19
* Arroz con Magro	* Sopa de Ave y Verduras	* Lentejas Estofadas con Chorizo	* Crema de Zanahorias	* Sopa de Cocido
* Mero en Salsa Verde	* Hamburguesa de Ternera con Patatas Fritas	* Salchichas Frankfurt con tomate frito y arroz.	* Tortilla Española con Lechuga y Aceitunas S.H.	* Garbanzos, Carne, Pollo, Chorizo, Patatas, Zanahorias y Repollo
* Yogur	* Fruta	* Fruta	* Natillas	* Fruta
DÍA 22	DÍA 23	NOTA INFORMATIVA: En el pasillo de entrada al comedor hay algunas chaquetas, cazadoras, etc. Si en un plazo prudencial de tiempo esta ropa no es recogida por los interesados, se entregará a una de las ONG que recogen ropa usada.		
* Coditos con Tomate y Chorizo	* Entremeses Variados			
* Croquetas de Pollo con Zanahoria Baby	* Ternera Asada a la Jardinera con Patatas Fritas			
* Fruta	* Mousse Sabores			

Aporte medio aproximado	Kcalorías	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
PRIMERA SEMANA	940	43 g.	40 g.	102 g.
SEGUNDA SEMANA	960	44 g.	38 g.	107 g.
TERCERA SEMANA	922	43 g.	42 g.	100 g.
CUARTA SEMANA	890	43 g.	41 g.	99 g.



¡FELIZ NAVIDAD!
JOYEUX NOËL!
MERRY CHRISTMAS!