

MES: Diciembre 2024

MONTECANAL

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | Domingo |
|--|--|--|---|--|--|--|
| <p>2</p> <p>Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.031/725 GT:21 GS:3 HC:98 AZ:28 PROT:32 SAL:3</p> | <p>3</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.168/758 GT:24 GS:6 HC:99 AZ:25 PROT:37 SAL:2</p> | <p>4</p> <p>Crema de calabacín Pollo con arroz Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.257/779 GT:20 GS:3 HC:118 AZ:24 PROT:27 SAL:3</p> | <p>5</p> <p>Alubias estofadas con verduras Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.109/744 GT:23 GS:4 HC:82 AZ:32 PROT:45 SAL:3</p> | <p>6</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p> | <p>7</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p> | <p>8</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p> |
| <p>9</p> <p>FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p> | <p>10</p> <p>Arroz caldoso de verduras Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.283/785 GT:22 GS:5 HC:106 AZ:27 PROT:41 SAL:2</p> | <p>11</p> <p>Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.188/763 GT:27 GS:5 HC:102 AZ:17 PROT:22 SAL:2</p> | <p>12</p> <p>Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.143/752 GT:33 GS:6 HC:67 AZ:22 PROT:42 SAL:3</p> | <p>13</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.118/746 GT:24 GS:5 HC:94 AZ:32 PROT:35 SAL:2</p> | <p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> | <p>15</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> |
| <p>16</p> <p>Alubias estofadas con verduras Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.319/794 GT:25 GS:6 HC:89 AZ:26 PROT:49 SAL:2</p> | <p>17</p> <p>Crema de zanahoria Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.174/759 GT:34 GS:13 HC:85 AZ:24 PROT:23 SAL:2</p> | <p>18</p> <p>Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.185/762 GT:21 GS:3 HC:106 AZ:33 PROT:35 SAL:3</p> | <p>19</p> <p>Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.082/737 GT:27 GS:6 HC:87 AZ:19 PROT:35 SAL:2</p> | <p>20</p> <p>Arroz con salsa de tomate San Jacobo con ensalada de lechuga Postre especial y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.111/744 GT:21 GS:5 HC:120 AZ:31 PROT:16 SAL:3</p> | <p>21</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> | <p>22</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p> |
| <p>23</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> | <p>24</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> | <p>25</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p> | <p>26</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p> | <p>27</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> | <p>28</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p> | <p>29</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p> |
| <p>30</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> | <p>31</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> | | | | | |
| <p>TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p> | | | | | | |

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