







LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
				<p>1</p> <p>Arroz tres delicias  3-4 Lomo al horno con salsa de champiñón 2 Yogurt de soja y pan 1-8</p> <p>Rice with tomato and cheese Baked tenderloin with mushroom sauce Flavored yogurt and bread Soja yogurt and bread</p> <p>Kcal-1043 / Lip-36.15 / Prot-50.47 / HC-124.32</p>
<p>4</p> <p>Macarrones con tomate queso y atún 1-2-4 Merluza a la andaluza con lechuga y tomate 1-4 Fruta y pan T 1</p> <p>Macaroni with tomato, cheese and tuna fish Hake Andalusian style with lettuce and tomato Fruit and bread</p> <p>Kcal-805 / Lip-28.93 / Prot-47.72 / HC-85.11</p>	<p>5</p> <p>Judías blancas con verduras Tortilla de calabacín con lechuga, tomate y maíz 3 Fruta y pan T 1</p> <p>White beans and vegetable Zucchini omelette with lettuce, tomato and corn Fruit and bread</p> <p>Kcal-627 / Lip-28.62 / Prot-22.69 / HC-92.94</p>	<p>6</p>  <p>DIA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA</p>	<p>7</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>8</p> <p>FESTIVIDAD INMACULADA CONCEPCIÓN</p> 
<p>11</p> <p>Lentejas estofadas con verdura Tortilla de patata con berenjena 3 Fruta y pan T 1</p> <p>Lentils stewed with vegetables Haddock with tomato, onion and bell pepper sauce Fruit and bread</p> <p>Kcal-580 / Lip-22.37 / Prot-16.98 / HC-73.96</p>	<p>12</p> <p>Pure de verduras Abadejo en salsa 4 Fruta y pan T 1</p> <p>Mashed vegetables Chicken thighs with tomato, cucumber and carrot fruit and bread</p> <p>Kcal-599 / Lip-27.84 / Prot-26 / HC-59.83</p>	<p>13</p> <p>Pasta ecológica con Bacon y tomate  1 Albóndigas de carne con patatas al horno 8 Fruta y pan T 1</p> <p>Organic pasta with bacon and tomatoes Fish meatballs with baked potatoes Fruit and bread</p> <p>Kcal-866 / Lip-38.95 / Prot-27.51 / HC-100.36</p>	<p>14</p> <p>Ollica eldense de verduras Muslos de pollo con guarnición Fruta y pan T 1</p> <p>Ollica eldense of vegetables Potato omelette with eggplant Fruit and bread</p> <p>Kcal-796 / Lip-25.56 / Prot-43.48 / HC-95.85</p>	<p>15</p> <p>Judías blancas con zanahoria patata y guisantes Ventresca de merluza con lechuga tomate 4 Yogurt de soja y pan 1-8</p> <p>Pinto beans with carrot, potato and peas Hake belly with tomato lettuce Soja yogurt and bread</p> <p>Kcal-647 / Lip-36.19 / Prot-30.45 / HC-54.95</p>
<p>18</p> <p>Lentejas estofadas con verduras y chorizo 13 Salchichas frescas con lechuga tomate y maíz Fruta y pan T 1 Fruit and bread</p> <p>Stewed lentils with vegetables and chorizo sausage Fresh sausages with lettuce, tomato and corn</p> <p>Kcal-725 / Lip-35.05 / Prot-33.98 / HC-70</p>	<p>19</p> <p>Espaguetis con atún y tomate 1-4 Merluza al horno en salsa verde 4 Fruta y pan T 1</p> <p>Spaghetti with tuna and tomato Baked hake in green sauce Fruit and bread</p> <p>Kcal-806 / Lip-35.51 / Prot-26.26 / HC-91.97</p>	<p>20</p> <p>Crema de calabacín y puerro Filete de lomo a la plancha con pimientos Fruta y pan T 1</p> <p>Cream of zucchini and leek soup Grilled sirloin steak with peppers Fruit and bread</p> <p>Kcal-774 / Lip-32.68 / Prot-25.18 / HC-88.06</p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido con fideos ecológicos  1-3t Complemento de garbanzos carne y verduras Fruta y pan T 1 Fruit and bread</p> <p>Stew soup with ecological noodles Complement of chickpeas, meat and vegetables</p> <p>Kcal-743 / Lip-26.71 / Prot-26.83 / HC-97.41</p>	<p>22</p> <p>COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD</p> <p>Nuggets de pollo 1-8-11t Hamburguesa mixta con lechuga, tomate</p> <p>Helado de choco y vainilla 2 Coca cola s.caf</p> <p>Kcal-409 / Lip-24.5 / Prot-23.1 / HC-23.1</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	



DESDE EL EQUIPO DE ANDOVER OS DESEAMOS FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO 2024



T Temporada  Integral  Ecológico



Giorgia S.G - Dpto. Nutrición