

LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MIÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
	<p>A los alumnos de comedor se le acompañará como entrante ensalada mixta diariamente</p>			<p>1</p> <p>Arroz con tomate y queso  2 Empanadillas y croquetas con berenjena 1-2-2t-3t-4-4t-5t-6t-8t-10t-11t Yogurt y pan 1-2</p> <p>Rice with tomato and cheese Empanadillas and croquettes with eggplant Yogurt and bread Kcal-671 / Lip-26.21 / Prot-23.6 / HC-103</p>
<p>4</p> <p>Macarrones con tomate queso y atún 1-2-4 Merluza a la andaluza con verduritas 1-4 Fruta y pan 1</p> <p>Macaroni with tomato, cheese and tuna fish Hake Andalusian style with vegetables 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 calabacín 3 Fruta y pan T 1</p> <p>White beans and vegetable Zucchini omelette Fruit and bread</p> <p>Kcal-671 / Lip-28.62 / Prot-22.69 / HC-92.94</p>	<p>6</p>  <p>DÍA 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 Alitas de pollo con berenjena rebosada 1-2t-4t-5t-6t-8t-11t Fruta y pan T 1</p> <p>Lentils stewed with vegetables Chicken wings with battered eggplant Fruit and bread</p> <p>Kcal-855 / Lip-47.81 / Prot-29.82 / HC-69.59</p>	<p>12</p> <p>Lasaña boloñesa 1-2-3t-4t-5t-6t-8 Filete de abadejo rebosado con chips 1-4 Fruta y pan T 1</p> <p>Bolognese saña bolognese Battered haddock fillet with chips Fruit and bread</p> <p>Kcal-550 / Lip-17.83 / Prot-27.56 / HC-83.55</p>	<p>13</p> <p>Pure de verdura y legumbres Filete de lomo a la plancha con patata panadera Fruta y pan T 1</p> <p>Pureed vegetables and legumes Grilled tenderloin steak with baked potatoes Fruit and bread</p> <p>Kcal-869 / Lip-36.35 / Prot-34.74 / HC-98.34</p>	<p>14</p> <p>Arroz caldoso con magro y verduras Ventresca de merluza con champiñón Fruta y pan T 1</p> <p>Broth rice with lean meat and vegetables Hake belly fillets with mushrooms Fruit and bread</p> <p>Kcal-777 / Lip-34.62 / Prot-27.47 / HC-87.06</p>	<p>15</p> <p>Sopa de menudillos 3-9 Tortilla de patata con queso y calabacín 2-3 Yogurt y pan 1-2</p> <p>Giblets soup Spanish omelette with zucchini and cheese Yogurt and bread</p> <p>Kcal-576 / Lip-23 / Prot-27.45 / HC-47.16</p>
<p>18</p> <p>Lentejas estofadas con verduras y chorizo 13 Salchichas frescas con chips Fruta y pan T 1</p> <p>Stewed lentils with vegetables and chorizo sausage Fresh sausages with chips Fruit and bread</p> <p>Kcal-830 / Lip-36.51 / Prot-24.72 / HC-75.61</p>	<p>19</p> <p>Espaguetis con bacon y tomate 1 Merluza al horno en salsa verde y berenjena rebosada 1-2t-4-4t-5t-6t-8t-11t Fruta y pan T 1</p> <p>Spaghetti with bacon and tomato Baked hake in green sauce and eggplant Fruit and bread</p> <p>Kcal-1023 / Lip-51.51 / Prot-29.46 / HC-108.42</p>	<p>20</p> <p>Crema de calabacín y puerro Muslitos de pollo con patatas al horno Fruta y pan T 1</p> <p>Cream of zucchini and leek soup Chicken thighs with baked potatoes Fruit and bread</p> <p>Kcal-637 / Lip-22.89 / Prot-28.85 / HC-77.15</p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido con fideos ecológicos  1-3t Pelota Alicantina 1-3 Fruta y pan T 1</p> <p>Stew soup with ecological noodles Meat ball alicant Fruit and bread</p> <p>Kcal-892 / Lip-35.17 / Prot-39.92 / HC-101.56</p>	<p>22</p> <p>COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD</p> <p>Entremés frío y caliente 1-2-2t-3t-4-4t-5t-6t-8t-10t-11t-13 Hamburguesa mixta con lechuga, tomate Piruleta de NAVIDAD -.Coca cola s.caf</p> <p>408 Kcal/ 21.95 Gr/ 19.8 Prot/ 29.24 HC</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p> 	<p>T Temporada  Integral  Ecológico</p>  <p>Giorgia S.G - Dpto. Nutrición</p>

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