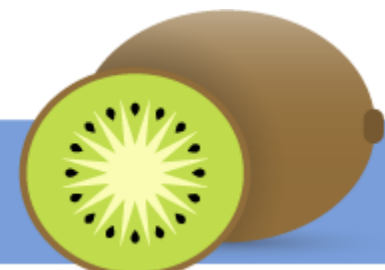
























## diciembre 2019

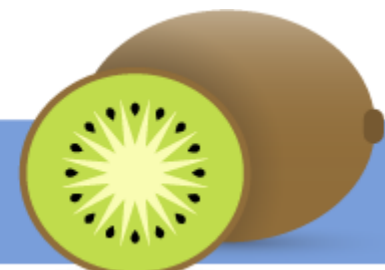
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	1003	HC	126	<b>3</b>	Kcal	702	HC	90	<b>4</b>	Kcal	692	HC	113	<b>5</b>	Kcal	561	HC	51	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	33	Prot	52	Lip	16	Prot	52	Lip	13	Prot	35	Lip	30	Prot	24									
Lentejas con arroz integral Atun con refrito Fruta fresca					Brocoli con patatas Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla francesa con ensalada Yogur desnatado sin azucar											
<b>9</b>	Kcal	601	HC	75	<b>10</b>	Kcal	910	HC	129	<b>11</b>	Kcal	680	HC	78	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	15	Prot	43	Lip	24	Prot	43	Lip	25	Prot	38	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
Crema de verduras locales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta fresca					Macarrones bolognesa (dc) Bacalao meniere Fruta fresca				Patatas guisadas Redondo de ternera con ensalada Yogur desnatado sin azucar				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	638	HC	65	<b>17</b>	Kcal	879	HC	128	<b>18</b>	Kcal	782	HC	87	<b>19</b>	Kcal	654	HC	83	<b>20</b>	Kcal	803	HC	89
Lip	26	Prot	29	Lip	24	Prot	41	Lip	34	Prot	36	Lip	21	Prot	35	Lip	23	Prot	61					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur desnatado sin azucar					Paella vegetal (d) Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca				Crema de purrexalida Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca							
<b>23</b>	Kcal	980	HC	92	<b>24</b>	Kcal	563	HC	52	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	656	HC	98	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	40	Prot	67	Lip	30	Prot	23					Lip	14	Prot	38	Lip	17	Prot	49					
Lentejas con verduras Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada Yogur desnatado sin azucar								Macarrones con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	765	HC	108	<b>31</b>	Kcal	523	HC	55															
Lip	28	Prot	26	Lip	22	Prot	25																	
Paella vegetal Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Bacalao al horno con panadera Fruta fresca																			



## diciembre 2019

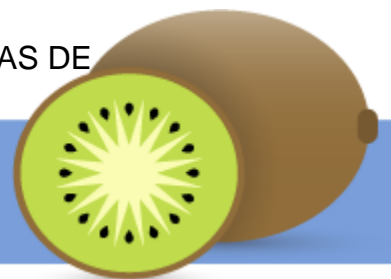
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	14	Prot	50	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					  Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				  Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				 Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
Crema - Huevo - Yogur					Sopa - Pescado - Yogur				Verdura - Ave - Yogur				Arroz - Pescado - Fruta											
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	825	HC	125	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	42	Prot	25	Lip	13	Prot	57	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
  Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					 Caracolillos bolognesa Bacalao meniere Fruta fresca				  Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				 Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
Sopa - Ave - Lácteo					Crema - Pescado - Fruta				Verdura - Huevo - Yogur				Ensalada - Ave - Yogur											
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	823	HC	117	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	28	Prot	32	Lip	24	Prot	41	Lip	33	Prot	34	Lip	56	Prot	34	Lip	27	Prot	57					
  Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					  Paella de carne Lomo adobado con ensalada Fruta fresca				 Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				 Crema de purreusalda Morcilla a la riojana Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
Pasta - Pescado - Fruta					Ensalada - Huevo - Yogur				Verdura - Pescado - Yogur				Arroz - Ave - Yogur				Ensalada - Carne - Fruta							
<b>23</b>	Kcal	871	HC	117	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	34	Prot	34	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
 Lentejas estofadas Empanadillas con ensalada Fruta fresca					  Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								 Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				 Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
Verdura - Carne - Yogur					Patata - Pescado - Fruta								Verdura - Huevo - Yogur				Crema - Pescado - Lácteo							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			
Crema - Pescado - Yogur					Verdura - Ave - Yogur																			





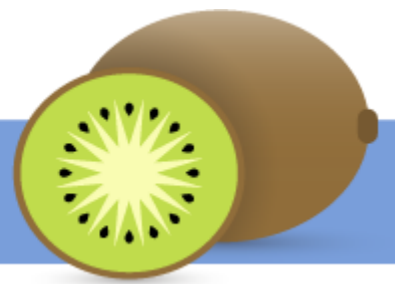
# diciembre 2019

LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
	Lip	22	Prot	41		Lip	14	Prot	50		Lip	20	Prot	31		Lip	27	Prot	22					
Lentejas con arroz integral Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	619	HC	81	<b>10</b>	Kcal	825	HC	125	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	649	HC	63
	Lip	15	Prot	43		Lip	13	Prot	57		Lip	29	Prot	49		Lip	22	Prot	38		Lip	32	Prot	28
Crema de verduras locales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta en almibar					Caracolillos bolognesa Bacalao meniere Fruta fresca				Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Acelgas con patatas (d) Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	832	HC	116	<b>17</b>	Kcal	823	HC	117	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	715	HC	84
	Lip	26	Prot	34		Lip	24	Prot	41		Lip	33	Prot	34		Lip	56	Prot	34		Lip	24	Prot	43
Macarrones con verduras Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella de carne Lomo adobado con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Crema de purrexalda Morcilla a la riojana Fruta fresca				Coliflor con patatas Bacalao en salsa verde Postre especial							
<b>23</b>	Kcal	871	HC	117	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
	Lip	34	Prot	34		Lip	25	Prot	23							Lip	19	Prot	32		Lip	17	Prot	49
Lentejas estofadas Empanadillas con ensalada Fruta fresca					Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
	Lip	29	Prot	27		Lip	31	Prot	44															
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			



## diciembre 2019

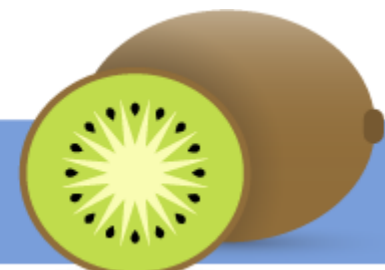
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	594	HC	63	<b>3</b>	Kcal	350	HC	57	<b>4</b>	Kcal	692	HC	113	<b>5</b>	Kcal	541	HC	96	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	24	Prot	33	Lip	7	Prot	15	Lip	13	Prot	35	Lip	12	Prot	17									
Crema de patata y zanahoria (d) Atun con refrito Fruta fresca					Brocoli con patatas Bacalao con fritada Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Macarrones al ajillo Fruta fresca											
<b>9</b>	Kcal	408	HC	54	<b>10</b>	Kcal	748	HC	116	<b>11</b>	Kcal	513	HC	55	<b>12</b>	Kcal	230	HC	43	<b>13</b>	Kcal	599	HC	54
Lip	13	Prot	22	Lip	13	Prot	42	Lip	22	Prot	22	Lip	4	Prot	6	Lip	21	Prot	19					
Crema de verduras locales Merluza al horno con verduras Fruta en almibar					Macarrones blancos (dc) Bacalao meniere Fruta fresca				Purrusalda Atun en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca				Sopa de fideo Merluza al horno con patata cocida Fruta fresca				Acelgas con patatas (d) Atun con tomate Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	647	HC	85	<b>17</b>	Kcal	584	HC	88	<b>18</b>	Kcal	238	HC	40	<b>19</b>	Kcal	253	HC	44	<b>20</b>	Kcal	689	HC	87
Lip	20	Prot	35	Lip	16	Prot	25	Lip	6	Prot	5	Lip	6	Prot	6	Lip	18	Prot	47					
Macarrones con verduras Merluza al horno con panadera Fruta fresca					Paella vegetal (d) Bacalao con ensalada Fruta fresca				Acelgas con patatas (d) Atun al horno Fruta fresca				Crema de purrusalda Pisto sin huevo Fruta fresca				Coliflor con patatas Bacalao en salsa verde Fruta fresca							
<b>23</b>	Kcal	492	HC	63	<b>24</b>	Kcal	588	HC	70	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	377	HC	42
Lip	14	Prot	31	Lip	23	Prot	25					Lip	19	Prot	32	Lip	11	Prot	27					
Brocoli con patatas Merluza al horno con verduras Fruta fresca					Crema de verduras Atun en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Acelgas con patatas (d) Bacalao con pimientos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	845	HC	125	<b>31</b>	Kcal	523	HC	55															
Lip	23	Prot	41	Lip	22	Prot	25																	
Paella vegetal Atun con refrito Fruta fresca					Crema de calabaza local Bacalao al horno con panadera Fruta fresca																			



# diciembre 2019

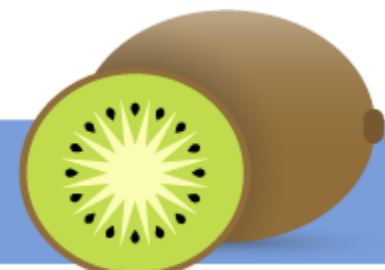
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	350	HC	57	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	7	Prot	15	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					Brocoli con patatas Bacalao con fritada Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	408	HC	54	<b>10</b>	Kcal	888	HC	129	<b>11</b>	Kcal	679	HC	75	<b>12</b>	Kcal	230	HC	43	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	13	Prot	22	Lip	23	Prot	39	Lip	32	Prot	27	Lip	4	Prot	6	Lip	33	Prot	41					
Crema de verduras locales Merluza al horno con verduras Fruta en almibar					Macarrones con tomate (dc) Bacalao meniere Fruta fresca				Purrusalda Tortilla francesa con ensalada Yogur				Sopa de fideo Merluza al horno con patata cocida Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	688	HC	78	<b>17</b>	Kcal	584	HC	88	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	525	HC	80	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	23	Prot	38	Lip	16	Prot	25	Lip	33	Prot	34	Lip	16	Prot	18	Lip	27	Prot	57					
Vainas con patatas Merluza al horno con panadera Yogur bebible					Paella vegetal (d) Bacalao con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Crema de purrusalda Pisto Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
<b>23</b>	Kcal	851	HC	118	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	787	HC	104
Lip	32	Prot	32	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	24	Prot	41					
Lentejas con verduras Empanadillas con ensalada Fruta fresca					Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Bacalao con pimientos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			





# diciembre 2019

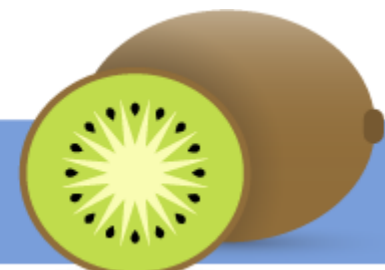
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	14	Prot	50	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	619	HC	81	<b>10</b>	Kcal	825	HC	125	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	15	Prot	43	Lip	13	Prot	57	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
Crema de verduras locales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta en almibar					Caracollitos bolognesa Bacalao meniere Fruta fresca				Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	879	HC	128	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	654	HC	83	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	28	Prot	32	Lip	24	Prot	41	Lip	33	Prot	34	Lip	21	Prot	35	Lip	27	Prot	57					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella vegetal (d) Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Crema de purrusalda Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
<b>23</b>	Kcal	851	HC	118	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	32	Prot	32	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas con verduras Empanadillas con ensalada Fruta fresca					Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			

























## diciembre 2019

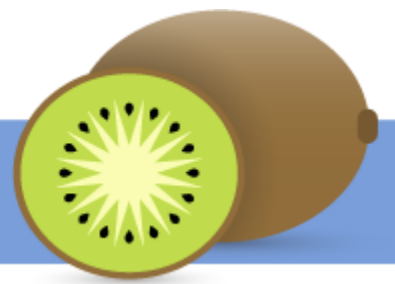
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	14	Prot	50	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	619	HC	81	<b>10</b>	Kcal	888	HC	129	<b>11</b>	Kcal	730	HC	75	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	15	Prot	43	Lip	23	Prot	39	Lip	36	Prot	30	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
Crema de verduras locales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones con tomate (dc) Bacalao meniere Fruta fresca				Patatas guisadas Tortilla francesa con ensalada Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	879	HC	128	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	571	HC	67	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	28	Prot	32	Lip	24	Prot	41	Lip	33	Prot	34	Lip	18	Prot	36	Lip	27	Prot	57					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella vegetal (d) Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Crema de purrusalda Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
<b>23</b>	Kcal	851	HC	118	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	32	Prot	32	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas con verduras Empanadillas con ensalada Fruta fresca					Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			





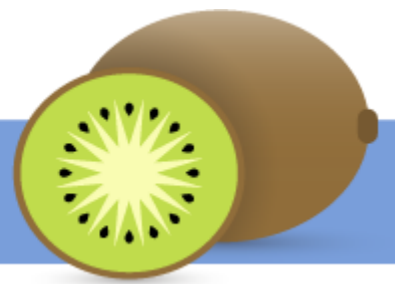
# diciembre 2019

LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	14	Prot	50	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					  Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				  Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				 Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
Crema - Huevo - Yogur					Sopa - Pescado - Yogur				Verdura - Ave - Yogur				Arroz - Pescado - Fruta											
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	825	HC	125	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	42	Prot	25	Lip	13	Prot	57	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
  Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					 Caracolillos bolognesa Bacalao meniere Fruta fresca				  Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				 Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
Sopa - Ave - Lácteo					Crema - Pescado - Fruta				Verdura - Huevo - Yogur				Ensalada - Ave - Yogur											
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	823	HC	117	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	28	Prot	32	Lip	24	Prot	41	Lip	33	Prot	34	Lip	56	Prot	34	Lip	27	Prot	57					
  Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					  Paella de carne Lomo adobado con ensalada Fruta fresca				 Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				 Crema de purrusalda Morcilla a la riojana Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
Pasta - Pescado - Fruta					Ensalada - Huevo - Yogur				Verdura - Pescado - Yogur				Arroz - Ave - Yogur				Ensalada - Carne - Fruta							
<b>23</b>	Kcal	871	HC	117	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	34	Prot	34	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
 Lentejas estofadas Empanadillas con ensalada Fruta fresca					  Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								 Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				 Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
Verdura - Carne - Yogur					Patata - Pescado - Fruta								Verdura - Huevo - Yogur				Crema - Pescado - Lácteo							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			
Crema - Pescado - Yogur					Verdura - Ave - Yogur																			



# diciembre 2019

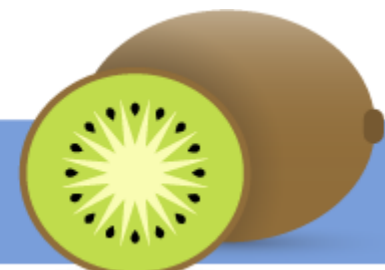
LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					
<b>2</b>	Kcal	1003	HC	126	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	692	HC	113	<b>5</b>	Kcal	712	HC	85	<b>6</b>	FIESTA				
Lip	33	Prot	52	Lip	14	Prot	50	Lip	13	Prot	35	Lip	25	Prot	38										
Lentejas con arroz integral Atun con refrito Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca					Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca					Crema de puerros y espinacas Redondo de ternera con ensalada Natillas										
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	910	HC	129	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	762	HC	97	
Lip	42	Prot	25	Lip	24	Prot	43	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	19	Prot	55						
Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones bolognesa (dc) Bacalao meniere Fruta fresca					Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur					Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca					Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca					
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	764	HC	112	<b>18</b>	Kcal	1097	HC	94	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	803	HC	101	
Lip	28	Prot	32	Lip	20	Prot	39	Lip	53	Prot	64	Lip	56	Prot	34	Lip	21	Prot	56						
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella de carne Lomo al horno con ensalada Fruta fresca					Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Fruta fresca					Crema de purrexalida Morcilla a la riojana Fruta fresca					Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Fruta fresca					
<b>23</b>	Kcal	1001	HC	90	<b>24</b>	Kcal	652	HC	72	<b>25</b>	FIESTA					<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	42	Prot	69	Lip	24	Prot	38						Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada Yogur										Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca					Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					
<b>30</b>	Kcal	844	HC	109	<b>31</b>	Kcal	523	HC	55																
Lip	23	Prot	56	Lip	22	Prot	25																		
Paella vegetal Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Bacalao al horno con panadera Fruta fresca																				



# diciembre 2019

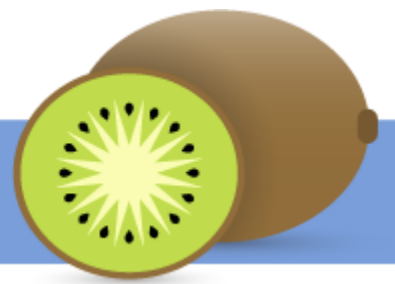
LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					
<b>2</b>	Kcal	1003	HC	126	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	692	HC	113	<b>5</b>	Kcal	648	HC	81	<b>6</b>	FIESTA				
Lip	33	Prot	52	Lip	14	Prot	50	Lip	13	Prot	35	Lip	21	Prot	36										
Lentejas con arroz integral Atun con refrito Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca					Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca					Crema de puerros y espinacas Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca										
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	910	HC	129	<b>11</b>	Kcal	756	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	762	HC	97	
Lip	42	Prot	25	Lip	24	Prot	43	Lip	27	Prot	47	Lip	22	Prot	38	Lip	19	Prot	55						
Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones bolognesa (dc) Bacalao meniere Fruta fresca					Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca					Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca					Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca					
<b>16</b>	Kcal	693	HC	78	<b>17</b>	Kcal	764	HC	112	<b>18</b>	Kcal	1097	HC	94	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	803	HC	101	
Lip	26	Prot	30	Lip	20	Prot	39	Lip	53	Prot	64	Lip	56	Prot	34	Lip	21	Prot	56						
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Fruta fresca					Paella de carne Lomo al horno con ensalada Fruta fresca					Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Fruta fresca					Crema de purrusalda Morcilla a la riojana Fruta fresca					Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Fruta fresca					
<b>23</b>	Kcal	1001	HC	90	<b>24</b>	Kcal	625	HC	72	<b>25</b>	FIESTA					<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	42	Prot	69	Lip	22	Prot	36						Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca										Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca					Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					
<b>30</b>	Kcal	844	HC	109	<b>31</b>	Kcal	523	HC	55																
Lip	23	Prot	56	Lip	22	Prot	25																		
Paella vegetal Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Bacalao al horno con panadera Fruta fresca																				





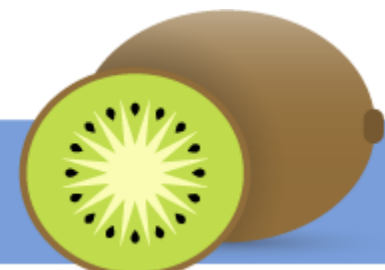
# diciembre 2019

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					
<b>2</b>	Kcal	1003	HC	126	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	692	HC	113	<b>5</b>	Kcal	627	HC	84	<b>6</b>	FIESTA				
Lip	33	Prot	52	Lip	14	Prot	50	Lip	13	Prot	35	Lip	24	Prot	21										
Lentejas con arroz integral Atun con refrito Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca					Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca					Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Postre de soja										
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	910	HC	129	<b>11</b>	Kcal	880	HC	96	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89	
Lip	42	Prot	25	Lip	24	Prot	43	Lip	36	Prot	44	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41						
Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones bolognesa (dc) Bacalao meniere Fruta fresca					Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Postre de soja					Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca					Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca					
<b>16</b>	Kcal	723	HC	80	<b>17</b>	Kcal	764	HC	112	<b>18</b>	Kcal	914	HC	118	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	803	HC	101	
Lip	28	Prot	32	Lip	20	Prot	39	Lip	37	Prot	30	Lip	56	Prot	34	Lip	21	Prot	56						
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Postre bebible de soja					Paella de carne Lomo al horno con ensalada Fruta fresca					Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata Fruta fresca					Crema de purrexalada Morcilla a la riojana Fruta fresca					Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Fruta fresca					
<b>23</b>	Kcal	1001	HC	90	<b>24</b>	Kcal	628	HC	85	<b>25</b>	FIESTA					<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	42	Prot	69	Lip	24	Prot	20						Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Tortilla de patata con ensalada Postre de soja										Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca					Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					
<b>30</b>	Kcal	765	HC	108	<b>31</b>	Kcal	523	HC	55																
Lip	28	Prot	26	Lip	22	Prot	25																		
Paella vegetal Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Bacalao al horno con panadera Fruta fresca																				



# diciembre 2019

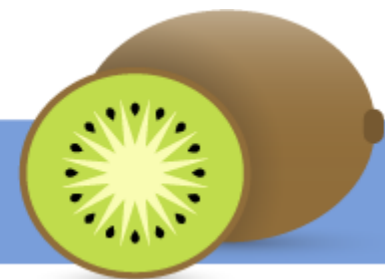
LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	844	HC	115	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	867	HC	114	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	51	Lip	14	Prot	50	Lip	23	Prot	56	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	763	HC	104	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	762	HC	89
Lip	42	Prot	25	Lip	21	Prot	40	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	31	Prot	36					
Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones bolognesa (dc) Lomo al horno con ensalada Fruta fresca				Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	764	HC	112	<b>18</b>	Kcal	914	HC	118	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	808	HC	90
Lip	28	Prot	32	Lip	20	Prot	39	Lip	37	Prot	30	Lip	56	Prot	34	Lip	20	Prot	70					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella de carne Lomo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata Fruta fresca				Crema de purrexalida Morcilla a la riojana Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Pollo al horno Fruta fresca							
<b>23</b>	Kcal	1001	HC	90	<b>24</b>	Kcal	642	HC	85	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	783	HC	114	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	42	Prot	69	Lip	25	Prot	22					Lip	20	Prot	41	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	765	HC	108	<b>31</b>	Kcal	542	HC	72															
Lip	28	Prot	26	Lip	16	Prot	30																	
Paella vegetal Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Pechuga de pavo a la jardinera Fruta fresca																			



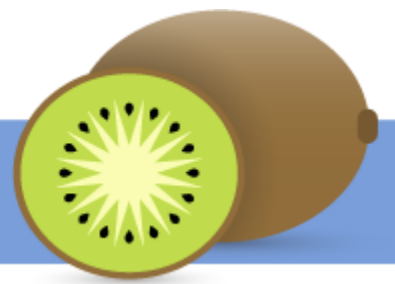
# diciembre 2019

LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	844	HC	115	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	867	HC	114	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	51	Lip	14	Prot	50	Lip	23	Prot	56	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	818	HC	87	<b>10</b>	Kcal	763	HC	104	<b>11</b>	Kcal	783	HC	85	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	762	HC	89
Lip	42	Prot	25	Lip	21	Prot	40	Lip	29	Prot	49	Lip	22	Prot	38	Lip	31	Prot	36					
Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar					Macarrones bolognesa (dc) Lomo al horno con ensalada Fruta fresca				Patatas guisadas Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	764	HC	112	<b>18</b>	Kcal	914	HC	118	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	808	HC	90
Lip	28	Prot	32	Lip	20	Prot	39	Lip	37	Prot	30	Lip	56	Prot	34	Lip	20	Prot	70					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella de carne Lomo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata Fruta fresca				Crema de purrexalida Morcilla a la riojana Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Pollo al horno Fruta fresca							
<b>23</b>	Kcal	1001	HC	90	<b>24</b>	Kcal	642	HC	85	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	783	HC	114	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	42	Prot	69	Lip	25	Prot	22					Lip	20	Prot	41	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Muslo de pollo asado a la jardinera Fruta fresca					Crema de verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Redondo de ternera con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	765	HC	108	<b>31</b>	Kcal	542	HC	72															
Lip	28	Prot	26	Lip	16	Prot	30																	
Paella vegetal Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local Pechuga de pavo a la jardinera Fruta fresca																			





LUNES					MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
<b>2</b>	Kcal	913	HC	112	<b>3</b>	Kcal	672	HC	90	<b>4</b>	Kcal	772	HC	121	<b>5</b>	Kcal	678	HC	89	<b>6</b>	FIESTA			
Lip	22	Prot	41	Lip	14	Prot	50	Lip	20	Prot	31	Lip	27	Prot	22									
Lentejas con arroz integral Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca					Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata con ensalada Natillas											
<b>9</b>	Kcal	619	HC	81	<b>10</b>	Kcal	825	HC	125	<b>11</b>	Kcal	730	HC	75	<b>12</b>	Kcal	665	HC	80	<b>13</b>	Kcal	804	HC	89
Lip	15	Prot	43	Lip	13	Prot	57	Lip	36	Prot	30	Lip	22	Prot	38	Lip	33	Prot	41					
Crema de verduras locales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta en almibar					Caracollitos bolognesa Bacalao meniere Fruta fresca				Patatas guisadas Tortilla francesa con ensalada Yogur				Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca							
<b>16</b>	Kcal	728	HC	82	<b>17</b>	Kcal	777	HC	118	<b>18</b>	Kcal	787	HC	93	<b>19</b>	Kcal	924	HC	73	<b>20</b>	Kcal	938	HC	121
Lip	28	Prot	32	Lip	20	Prot	38	Lip	33	Prot	34	Lip	56	Prot	34	Lip	27	Prot	57					
Vainas con patatas Alitas de pollo con champiñones Yogur bebible					Paella vegetal (d) Lomo adobado con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Crema de purrexalida Morcilla a la riojana Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Bacalao en salsa verde Postre especial							
<b>23</b>	Kcal	871	HC	117	<b>24</b>	Kcal	662	HC	89	<b>25</b>	FIESTA				<b>26</b>	Kcal	713	HC	108	<b>27</b>	Kcal	705	HC	91
Lip	34	Prot	34	Lip	25	Prot	23					Lip	19	Prot	32	Lip	17	Prot	49					
Lentejas estofadas Empanadillas con ensalada Fruta fresca					Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Yogur								Macarrones con tomate Merluza en salsa marinera Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca							
<b>30</b>	Kcal	780	HC	108	<b>31</b>	Kcal	762	HC	80															
Lip	29	Prot	27	Lip	31	Prot	44																	
Paella vegetal Huevos fritos con ensalada Fruta fresca					Crema de calabaza local con picatostes Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca																			



## diciembre 2019

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					
<b>2</b>	Kcal	744	HC	94	<b>3</b>	Kcal	600	HC	78	<b>4</b>	Kcal	632	HC	83	<b>5</b>	Kcal	731	HC	85	<b>6</b>	FIESTA				
Lip	21	Prot	49	Lip	15	Prot	42	Lip	22	Prot	29	Lip	25	Prot	46										
Lentejas Bacalao Yogur					Verduras Pavo Yogur					Verduras Merluza Yogur					Verduras Ternera Yogur										
<b>9</b>	Kcal	731	HC	85	<b>10</b>	Kcal	630	HC	81	<b>11</b>	Kcal	731	HC	85	<b>12</b>	Kcal	679	HC	74	<b>13</b>	Kcal	709	HC	91	
Lip	25	Prot	46	Lip	20	Prot	35	Lip	25	Prot	46	Lip	17	Prot	60	Lip	16	Prot	54						
Verduras Ternera Yogur					Verduras Bacalao Yogur					Verduras Ternera Yogur					Verduras Pollo Yogur					Alubias Pavo Yogur					
<b>16</b>	Kcal	679	HC	74	<b>17</b>	Kcal	600	HC	78	<b>18</b>	Kcal	548	HC	87	<b>19</b>	Kcal	731	HC	85	<b>20</b>	Kcal	739	HC	94	
Lip	17	Prot	60	Lip	15	Prot	42	Lip	13	Prot	25	Lip	25	Prot	46	Lip	21	Prot	48						
Verduras Pollo Yogur					Verduras Pavo Yogur					Garbanzos Pechuga Yogur					Verduras Ternera Yogur					Alubias Bacalao Yogur					
<b>23</b>	Kcal	744	HC	94	<b>24</b>	Kcal	731	HC	85	<b>25</b>	FIESTA					<b>26</b>	Kcal	632	HC	83	<b>27</b>	Kcal	548	HC	87
Lip	21	Prot	49	Lip	25	Prot	46						Lip	22	Prot	29	Lip	13	Prot	25					
Lentejas Bacalao Yogur					Verduras Ternera Yogur										Verduras Merluza Yogur					Garbanzos Pechuga Yogur					
<b>30</b>	Kcal	679	HC	74	<b>31</b>	Kcal	630	HC	81																
Lip	17	Prot	60	Lip	20	Prot	35																		
Verduras Pollo Yogur					Verduras Bacalao Yogur																				