

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Arroz blanco con salsa de tomate - Taquitos de merluza con guisantes - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Rice with tomato sauce Hake nuggets with peas Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 1	- Judías pintas estofadas con zanahoria - Tortilla de york con lechuga y tomate - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Stewed black beans with carrot Ham omelette with salad Yogurt and natural fruit Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 2	- Sopa de estrellas - Filete de pollo a la plancha con patatas fritas - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>"Stars" soup Grilled fish with lemon and fries Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 720-Pro:36 3	- Judías verdes rehogadas con jamón - Albóndigas en salsa con zanahoria - Natillas caseras y fruta natural - Pan y agua <i>Stewed green beans with ham Meat balls in sauce with carrots Custard and natural fruit Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 4	- Patatas guisadas con carne - Empanadillas de bonito con lechuga y zanahoria - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with meat Tuna "empanadillas" with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 5
FIESTA HOLIDAY 8	- Tallarines con salsa de tomate y salchichas - Rabas de calamar c/ rodajas de tomate - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Pasta in tomato sauce and sausages Fried squid with salad Yogurt and natural fruit Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 9	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, etc - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Cocido soup Cocido: chickpeas, meat, etc. Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 883-Pro:53,2 10	- Crema de zanahorias - Cinta de lomo adobada con patatas panadera - Flan casero y fruta - Pan y agua <i>Carrots cream Pork loin with potatoes Cream caramel and natural fruit Bread and water</i> Cal: 720-Pro:36 11	- Lentejas guisadas con chorizo - Tortilla de atún con lechuga y maíz - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed lentils with chorizo Tuna omelette with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 12
- Macarrones con salsa de tomate y atún - Merluza empanada con lechuga y cebolla - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Macaroni with tuna and tomato sauce Breaded hake with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 15	- Patatas guisadas con magro - Tortilla francesa con lechuga y tomate - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Stewed potatoes with pork French omelette with salad Yogurt and natural fruit Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 16	- Crema de calabacín - Jamoncitos de pollo en salsa con champiñones - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Marrow cream Chicken legs in sauce with mushrooms Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 17	- Arroz frito tres delicias - Panga al horno con lechuga y maíz - Mus de chocolate y fruta - Pan y agua <i>Fried rice Grilled sole with tomato salad Chocolate mousse and natural fruit Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 18	Menú especial de navidad (Entremeses variados con ensaladilla rusa / Nuggets de pollo con patatas chips / Dulces navideños) Special Christmas meal (Starters with Russian salad / Chicken nuggets with chips / Christmas sweets) 19
 ¡FELICES FIESTAS! SEASON'S GREETINGS! 				

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.

NOTAS:

- Las ensaladas pueden estar compuestas por: lechuga, tomate, zanahoria, maíz, etc...
- Las calorías y proteínas, están valoradas en base a una ración aproximada de 200 gr.
- La fruta diaria es natural y variada según la época del año: naranja, pera, mandarina, manzana, etc...

C.E.I.P. NUESTRA SEÑORA DEL VAL

DICIEMBRE 2014

