# MENU C.P.I. RAMÓN Y CAJAL DE AYERBE

# DICIEMBRE 2020

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MARTES 1** | **MIERCOLES 2** | **JUEVES 3** | **VIERNES 4** |
|  | LENTEJAS ESTOFADAS  TILAPIA EN SALSA VERDE  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.732.8. PROT.31.2. LIP.23.6. HC. 99.2 | ARROZ CON POLLO Y VERDURAS  TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.692.4. PROT.28.1. LIP.23.7. HC.91.6 | CREMA DE VERDURAS  ESTOFADO DE PAVO  YOGUR VARIADO  KCAL.663.5. PROT.29.6. LIP.25.5. HC. 79.1 | TALLARINES NAPOLITANA  LOMO A LA PLANCHA CON GUARNICIÓN  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.554. PROT.26.9. LIP.16.9. HC.73.6 |
| **LUNES 7** | **MARTES 8** | **MIERCOLES 9** | **JUEVES 10** | **VIERNES 11** |
| **FESTIVO** | **FESTIVO** | JUDÍAS VERDES CON PATATAS  HAMBURGUESA CON TOMATE NATURAL  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.722.3. PROT.29.9. LIP.27. HC.89.8 | ARROZ TRES DELICIAS  POLLO EN SALSA CAZADORA  YOGUR NATURAL  KCAL.650.6. PROT.31.1. LIP.22.7. HC.80.4 | BORRAJAS AL NATURAL  SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA  FRUTA DEL TIEMPO  KCL.694. PROT.25.6. LIP.31.2. HC.78.9 |
| **LUNES 14** | **MARTES 15** | **MIERCOLES 16** | **JUEVES 17** | **VIERNES 18** |
| SOPA DE VERDURAS  POLLO ASADO CON PATATA Y CALABACÍN  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.554. PROT.26.9. LIP.16.9. HC.73.6 | MENESTRA DE VERDURAS  LOMO CON TOMATE  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.663.9. PROT.29.6. LIP.26.4. HC.76.8 | CREMA CASTELLANA CON PICATOSTES  TORTILLA DE JAMÓN DE YORK CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL717.1. PROT.32.4. LIP.20.4. HC.100.1 | PAELLA VALENCIANA  PERCA AL HORNO CON GUARNICIÓN  YOGUR NATURAL  KCAL.581.1. PROT.2.8.8. LIP.20. HC.67.6 | PATATAS GUISADAS  ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.692. PROT.29.3. LIP.29.5. HC.77.5 |
| **LUNES 21** | **MARTES 22** | **MIERCOLES 23** |  |  |
| GUISANTES A LA FRANCESA  MERLUZA A LA PLANCHA  FRUTA DEL TIEMPO  KCAL.757.8. PROT.24.9. LIP.44.2. HC.65.2 | SPAGUETTI CON TOMATE  SALCHICHAS AL HORNO  POSTRE ESPECIAL NAVIDAD  KCAL.686.1. PROT.30.6. LIP.20.4. HC.94.8 | VACACIONES |  |  |