

MES: Diciembre 2024		CEIP Pirineos-Pyrénées											
Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo						
2	Arroz hortelano con legumbres con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.076/736 GT:18 GS:3 HC:108 AZ:25 PROT:26 SAL:1	3	Garbanzos estofados Filete de merluza con patatas fritas Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.331/797 GT:44 GS:6 HC:135 AZ:29 PROT:39 SAL:1	4	Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Abadejo con pisto Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:117 AZ:28 PROT:41 SAL:1	5	Sopa minestrone Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.269/782 GT:14 GS:4 HC:61 AZ:16 PROT:36 SAL:1	6	FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	7	1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	8	1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
9	FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.168/758 GT:17 GS:3 HC:91 AZ:26 PROT:36 SAL:2	10	Fideuá con verduras Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta VE:3.089/739 GT:10 GS:1 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1	11	Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.072/735 GT:32 GS:7 HC:84 AZ:14 PROT:29 SAL:1	12	Arroz (integral) con pollo al curry Albóndigas de merluza y pota en salsa con salteado de verduras Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.315/793 GT:16 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:41 SAL:1	13	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	14	1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	15	1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos
16	Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.306/791 GT:35 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:23 SAL:1	17	Garbanzos estofados con verduras Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.269/782 GT:15 GS:2 HC:111 AZ:35 PROT:60 SAL:1	18	Arroz tres delicias Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.060/732 GT:22 GS:4 HC:96 AZ:34 PROT:23 SAL:1	19	Lentejas estofadas con verduras Filete de caballa con pisto Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1	20	MENU ESPECIAL Macarrones con salsa de tomate Hamburguesa mixta con patatas fritas Postre especial y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.281/785 GT:5 GS:1 HC:115 AZ:31 PROT:36 SAL:1	21	1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	22	1º Pasta 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
23	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	24	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	25	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	26	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	27	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	28	1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	29	1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos
30	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	31	VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta			Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA							