



* Valoración nutricional para el rango de edad de 7-9 años.

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
28-11-11	29-11-11	30-11-11	01-12-11	02-12-11
			Macarrones con queso Abadejo enharinado Ensalada de tomate Fruta fresca Gratinated macarroni Floured pollock Tomato salad Fresh fruit	Sopa de cocido Cocido completo Yogur Stew broth Spanish cocido stew Yoghourt
			Kcal 713 HC 97 Prot 31 Lip 22	Kcal 758 HC 95 Prot 42 Lip 25
05-12-11	06-12-11	07-12-11	08-12-11	09-12-11
Judías verdes c/tomate Pollo a la naranja Arroz blanco Fruta fresca Green beans with tomato Roasted chicken legs & orange White rice Fresh fruit	Fiesta de la Constitución Española Bank Holiday	lentejas con zanahorias Merluza rebozada Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Lentils with vegetables Battered hake Mixed sald Fresh fruit	Fiesta de la Inmaculada Concepción Bank Holiday	Día No Lectivo Free School Day
Kcal 648 HC 83 Prot 31 Lip 21	Kcal HC Prot Lip	Kcal 768 HC 89 Prot 40 Lip 28	Kcal HC Prot Lip	Kcal HC Prot Lip
12-12-11	13-12-11	14-12-11	15-12-11	16-12-11
Crema de calabaza Albondigas de ternera Patatas fritas Fruta fresca Cream of pumpkin soup Beef meatballs with sauce Chips Fresh fruit	Paella de pollo Tilapia en salsa verde Guisantes Fruta fresca Seafood &vegetables paella Roasted catfish in green sauce Steamed peas Fresh fruit	Alubias blancas c/verduras Huevos fritos Ensalada de lechgua y zanahori Yogur Stewed white beans Fried eggs Carrot salad Yoghourt	Coditos gratinados Limanda enharinada Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Gratinated gomiti pasta Andalusian yellowfin sole Sweetcorn salad Fresh fruit	Patatas guisadas con calamares Filete de pollo plancha Menestra de verduras Fruta fresca Potatoes Stew with squid Grilled chicken steak Stir-fried vegetable minestrone Fresh fruit
Kcal 702 HC 81 Prot 30 Lip 28	Kcal 761 HC 95 Prot 33 Lip 27	Kcal 922 HC 84 Prot 38 Lip 48	Kcal 738 HC 103 Prot 38 Lip 19	Kcal 650 HC 84 Prot 36 Lip 19
19-12-11	20-12-11	21-12-11	22-12-11	23-12-11
Arroz blanco con tomate Abadejo rebozado Zanahoria dado Fruta fresca Rice with tomato sauce Battered pollock Diced carrots Fresh fruit	Garbanzos estofados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta fresca Stewed Chickpeas Spanish omelette Mixed sald Chocolat custard	Coliflor al horno con bechamel Atún con tomate Patatas fritas dado Fruta fresca Gratinated cauliflower toasted Tuna with tomato sauc Diced potatoes Fresh fruit	Christmas Lunch Espirales salteados Hamburguesa de ternera a la plancha Ensalada lechuga y maíz Natillas Stir-fried rotini pasta Grilled hamburger Sweetcorn salad Chocolat custard	VACACIONES DE NAVIDAD
Kcal 670 HC 96 Prot 30 Lip 17	Kcal 715 HC 95 Prot 37 Lip 21	Kcal 673 HC 78 Prot 41 Lip 22	Kcal 816 HC 101 Prot 38 Lip 28	
26-12-11	27-12-11	28-12-11	29-12-11	30-12-11
VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS	VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS	VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS	VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS	VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS