

# MENÚ DE:

# DICIEMBRE 2025

## Lunes

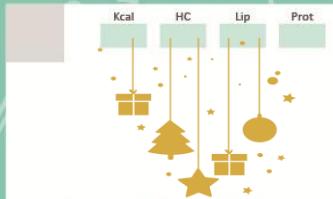
## Martes

## Miércoles

## Jueves

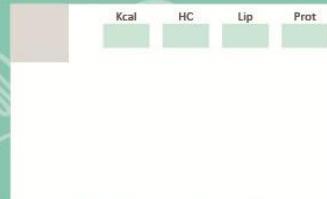
## Viernes

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.



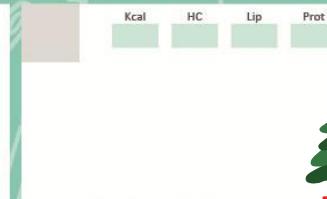
1 Kcal 601 HC 73 Lip 22 Prot 27

Crema de calabaza natural  
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras  
Arroz pilaf  
Fruta de temporada



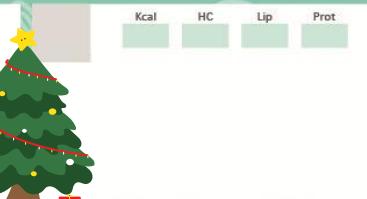
2 Kcal 693 HC 88 Lip 22 Prot 32

Espaguetis con salsa Italiana  
Filete de abadejo en tempura  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada



3 Kcal 748 HC 90 Lip 30 Prot 28

Alubias blancas estofadas  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada



4 Kcal 618 HC 94 Lip 13 Prot 31

Arroz blanco salteado  
Cuarto trasero de pollo con miel, limón y romero  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur

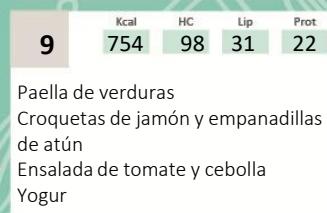


5 Kcal 563 HC 80 Lip 16 Prot 25

Sopa de cocido  
Cocido tradicional  
Fruta de temporada



## FESTIVO



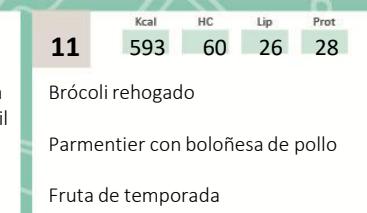
9 Kcal 754 HC 98 Lip 31 Prot 22

Paella de verduras  
Croquetas de jamón y empanadillas de atún  
Ensalada de tomate y cebolla  
Yogur



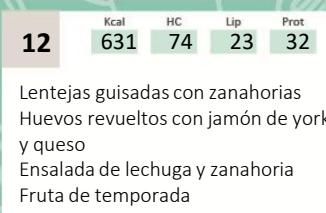
10 Kcal 650 HC 86 Lip 21 Prot 26

Espirales con salsa de tomate casera  
Filete de merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada



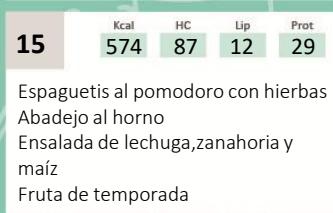
11 Kcal 593 HC 60 Lip 26 Prot 28

Brócoli rehogado  
Parmentier con boloñesa de pollo  
Fruta de temporada



12 Kcal 631 HC 74 Lip 23 Prot 32

Lentejas guisadas con zanahorias  
Huevos revueltos con jamón de york y queso  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada



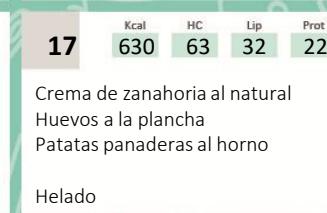
15 Kcal 574 HC 87 Lip 12 Prot 29

Espaguetis al pomodoro con hierbas  
Abadejo al horno  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta de temporada



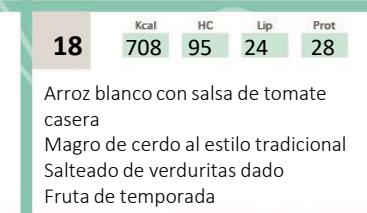
16 Kcal 615 HC 73 Lip 19 Prot 39

Lentejas a la jardinera  
Cuarto trasero de pollo en su jugo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada



17 Kcal 630 HC 63 Lip 32 Prot 22

Crema de zanahoria al natural  
Huevos a la plancha  
Patatas panaderas al horno  
Helado



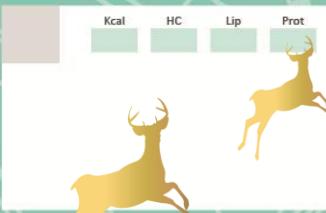
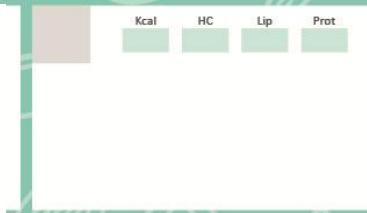
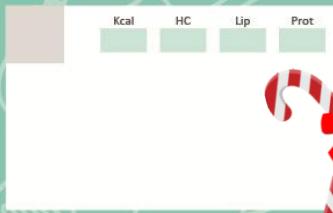
18 Kcal 708 HC 95 Lip 24 Prot 28

Arroz blanco con salsa de tomate casera  
Magro de cerdo al estilo tradicional  
Salteado de verduritas dado  
Fruta de temporada



19 Kcal 743 HC 89 Lip 28 Prot 33

Sopa de estrellas  
Hamburguesa de ternera completa (a partir de 7 años) con lechuga y tomate  
Patatas fritas  
Yogur



OBJETIVO DEL MES: DOY LAS GRACIAS POR LA COMIDA

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.