Sin frutos secos,huevo, tomate,pimiento y cerdo

Diciembre 2026

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
	1 609 **Kcal** 25 **Gr** 23 **Prot** 71 **HC** 0,1 **AGS** Judías verdes rehogadas. T Pavo al horno Fruta temporada Pan 1	**2** 641 **Kcal** 32 **Gr** 28 **Prot** 88 **HC** 0,1 **AGS** Arroz salteado Caballa en aceite c/ensal.lechuga y maíz 4-8T Fruta temporada Pan Integral 1	**3** 699 **Kcal** 23 **Gr** 11 **Prot** 83 **HC** 0,1 **AGS** Crema de verduras (puerro, calabaza,zanah) 10T Pollo a la portuguesa c/ensalada. 10T Fruta temporada Pan 1	**4** 696 **Kcal** 31 **Gr** 23 **Prot** 97 **HC** 3,1 **AGS** Sopa de fideos sin gluten y carne Cocido de garbanzos, pollo y verdura Yogur 2 Pan 1
7 No lectivo	**8** No lectivo	**9** 639 **Kcal** 38 **Gr** 15 **Prot** 111 **HC** 0,1 **AGS** Arroz blanco salteado Hamburguesa vegetal con zanahoria 1-8 Fruta temporada Pan Integral 1	**10** 657 **Kcal** 25 **Gr** 26 **Prot** 90 **HC** 0,0 **AGS** Pasta sin gluten salteada Pescadilla con ajo y perejil y ensa. lechuga y zanah 4-5T Fruta temporada Pan 1	**11** 681 **Kcal** 33 **Gr** 38 **Prot** 133 **HC** 4,0 **AGS** Verdura rehogada new Jamoncitos de pollo asados con patatas Yogur 2 Pan 1
14 608 **Kcal** 29 **Gr** 29 **Prot** 83 **HC** 1,0 **AGS** Pasta sin gluten salteada Merluza en salsa de puerros con ensalada 4-5T-6T Fruta de temporada Pan Integral 1	**15** 651 **Kcal** 25 **Gr** 23 **Prot** 81 **HC** 0,1 **AGS** Crema de verduras 10T Pavo al horno Fruta temporada Pan 1	**16** 626 **Kcal** 32 **Gr** 27 **Prot** 86 **HC** 1,0 **AGS** Arroz blanco salteado Salmón al horno con ensalada 4 Fruta temporada Pan Integral 1	**17** 694 **Kcal** 32 **Gr** 43 **Prot** 80 **HC** 1,7 **AGS** Crema de zanahoria y calabacín. 10T Filete de pollo al horno con patatas Fruta temporada Pan 1	**18** 696 **Kcal** 31 **Gr** 23 **Prot** 97 **HC** 3,1 **AGS** T Sopa de fideos sin gluten y carne Cocido de garbanzos, pollo y verdura Yogur 2 Pan 1
21 698 **Kcal** 31 **Gr** 29 **Prot** 78 **HC** 1,0 **AGS** Arroz salteado Filete de pollo al horno astringente Fruta de temporada Pan Integral 1	**22** Comida especial Navidad	**23**	**24**	**25**

Menú valorado nutricionalmante, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAD00337. Departamento de Nutrición

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad Integral Ecológico new Producto nuevo T Temporada

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años