

C.E.I.P - DICIEMBRE 2021



Todas las comidas se acompañarán de pan blanco o integral y agua.

| LUNES | | | | | MARTES | | | | | MIÉRCOLES | | | | | JUEVES | | | | | VIERNES | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|---|----------|-----------|--------|----------|---|-----------|-----------|----------|----------|--|-----------|--------|----------|----------|
| 6 | | | | | 7 | | | | | 1 | | | | | 2 | | | | | 3 - Día Internacional de las personas con discapacidad | | | | |
| DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA | | | | | DÍA NO LECTIVO | | | | | Puré de verduras ECO (12) Ch. Sajonia (sin hueso) a la riojana (tomate, cebolla) con panadera Fruta de temporada y leche | | | | | Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3) Complemento del cocido: garbanzos ECO , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo Fruta de temporada | | | | | Arroz Tres Delicias (3,6) Fil. De pescadilla a la Andaluza c/ens. Lechuga (1,4) Postre lácteo | | | | |
| | | | | | | | | | | kcal 677 | Lip 27,3 | Prot 31,5 | HdC 76 | kcal 701 | Lip 19,5 | Prot 25,8 | HdC 106 | kcal 763 | Lip 27,0 | Prot 30,1 | HdC 100 | | | |
| 13 | | | | | 14 - Día Mundial del mono | | | | | 8 | | | | | 9 | | | | | 10 - Día de los derechos humanos | | | | |
| Arroz integral con tomate Croquetas de bacalao c/ens. Lechuga y zanahoria (1,3,4,7) Fruta de temporada | | | | | Crema Parmentier (12) Pollo asado con manzana y patatas dado Fruta de temporada y leche | | | | | FESTIVIDAD DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN | | | | | Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Empanadillas caseras de atún claro al horno con ens. zanahoria y maíz (1,3,4) Fruta de temporada | | | | | Macarrones con chorizo (1,3) Tortilla francesa con boniato asado (3) Postre lácteo | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | kcal 789 | Lip 30,0 | Prot 53,2 | HdC 77 | kcal 751 | Lip 39,9 | Prot 42,8 | HdC 55 | | |
| 20-Día Internacional de la solidaridad humana | | | | | 21 - Bienvenido Invierno | | | | | 15 | | | | | 16 | | | | | 17 | | | | |
| Judías verdes rehogadas Albóndigas mixtas en salsa c/guarn. Arroz integral (1,3,6,12) | | | | | Sopa de pescado con estrellitas (1,2,3,4,14) Tortilla española de patata y cebolla con ensalada (3,12) | | | | | Alubias blancas ECO con c/patata, puerro, zanahoria, pim.verde y rojo (12) Huevos cocidos en salsa española (con tomate, guisantes) (3) Fruta de temporada | | | | | Guiso de patatas con carne (12) Salmón con sanfaina (calabacín, cebolla, tomate) (4) Fruta de temporada | | | | | Garbanzos con calabaza ECO Lacón al horno con ens. De lechuga y maíz (6) Postre lácteo | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | kcal 777 | Lip 28,2 | Prot 27,5 | HdC 103 | kcal 804 | Lip 30,8 | Prot 53,1 | HdC 79 | kcal 713 | Lip 27,2 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |