

**ESTÁNDAR****DICIEMBRE 2023****Lunes****Martes****Miércoles****Jueves****Viernes**

				<b>1</b>
				Patatas guisadas a lo pobre con pimiento, cebolla y tomate Ternera guisada a la jardinera con verduras Pieza de fruta
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Arroz con menestra de verduras Carrillada de cerdo a la jardinera Fruta de temporada	Crema de verduras Patatas guisadas con choco yogur	Potaje de lentejas con verduras y patata Hamburguesa de pollo con verduras salteadas Fruta de temporada	Arroz tres delicias Tortilla de verduras yogur	Ensalada de pasta de colores con pavo, huevo duro, tomate y maíz Lagrimitas de pollo con ensalada Fruta de temporada
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
Arroz cocido con tomate frito Revuelto de judías verdes con taquitos de pavo Fruta de temporada	Patatas guisadas con menestra de verduras Lenguado al horno con zanahorias aliñadas Yogur	Garbanzos con judías verdes y calabaza Pollo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta de temporada	Paella de verduras Perca en salsa verde con tomate aliñado Yogur	Potaje de alubias con verduras Croquetas de puchero con zanahorias aliñadas Fruta de temporada
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
Macarrones con tomate jamoncitos de pollo con judías verdes salteadas fruta de temporada	Lentejas estofadas Varitas de pescado con ensalada yogur	Crema de calabacín y zanahorias Albóndigas de pollo con patatas panaderas Fruta de temporada	Arroz con menestra de verduras Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y remolacha yogur	Potaje de garbanzos con zanahorias Merluza al horno con patatas Fruta de temporada
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
Crema de calabaza Albóndigas de choco con verduras y patata Fruta de temporada	Sopa de puchero con arroz Revuelto de calabacín y cebollas yogur	Potaje de alubias con patatas y arroz Croquetas de puchero con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahorias con puerros Canelones de carne mixta con bechamel y queso rallado yogur	Potaje de lentejas Perca guisada con verduras . Pieza de fruta

Todos los menús llevan **pan integral y agua**.

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista y tecnóloga de alimentos nºcolegiada AND-00103

