

# ADAPTACIÓN ESTÁNDAR



DICIEMBRE 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				<b>1</b>
				Crema de verduras con patata Ternera guisada con verduras Fruta de temporada
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Crema de arroz con verduras Carrillada de cerdo a la jardinera Yogur	Crema de zanahorias y calabacín patatas con choco Fruta de temporada	Puré de lentejas con verduras y arroz Hamburguesa de pollo con verduras salteadas Fruta de temporada	Sopa de picadillo con arroz Tortilla de verduras Fruta de temporada	Crema de calabacín, puerros, zanahorias y arroz Lagrimitas de pollo fritos Fruta de temporada
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
Crema de verduras con arroz Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Crema de calabacín con patatas Lenguado al horno con zanahorias aliñadas Yogur	Crema de garbanzos judías verdes y calabaza Pollo al ajillo con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabacín, puerros y judías verdes con arroz Perca en salsa con ensalada de tomates Yogur	Crema 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>
Crema de verduras con patatas Jamoncitos de pollo con judías verdes refritas Yogur	Crema de lentejas estofadas Varitas de pescado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabacín y zanahorias Albóndigas de pollo con patatas panaderas Yogur	Crema de verduras con arroz Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y remolacha Fruta de temporada	Crema de garbanzos con zanahorias Merluza a 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 Fruta de temporada	Crema de alubias con verduras Croquetas de puchero con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahorias con puerros Canelones de carne mixta con bechamel y queso rallado Fruta de temporada	Puré de lentejas Perca guisada con verduras . Pieza de fruta

todos los menús van acompañados de **pan integral y agua.**

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103

