



# Diciembre 2024

# Ausolan.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
2 <b>Fiesta</b>	3 <b>Fiesta</b>	4 <b>Fiesta</b>	5 <b>Fiesta</b>	6 <b>Fiesta</b>
9 Judía verde con patatas Filete ruso en salsa de verduras Guarnicion lechuga Naranja Pan barra Kcal. 572 h.c. 49 lip. 32 p. 25	10 Patatas a la riojana Pollo a la hortelana Guarnicion lechuga Platano de canarias Pan barra Kcal. 653 h.c. 76 lip. 27 p. 29	11    Crema de calabaza ecologica Macarrones integrales con huevo duro Mandarinas Pan barra Kcal. 606 h.c. 104 lip. 16 p. 18	12  Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Filete de merluza en salsa de piquillos Yogur natural Pan barra Kcal. 612 h.c. 65 lip. 26 p. 33	13 Menestra verduras Lomo en salsa de ciruelas Guarnicion lechuga Manzana Pan barra Kcal. 668 h.c. 52 lip. 41 p. 24
16  Porrusalda Arroz con verduras, cúrcuma y pollo Pera Pan barra Kcal. 636 h.c. 119 lip. 12 p. 19	17  Sopa de cocido con estrellas San jacobó Patatas chips Pastelito de chocolate Pan barra Kcal. 662 h.c. 89 lip. 25 p. 20	18  Crema de coliflor Filete de limanda rebozada Guarnicion lechuga Manzana ecologica Pan barra Kcal. 501 h.c. 50 lip. 23 p. 27	19 Lentejas pardinas Guisado de pavo Manzana Pan barra Kcal. 653 h.c. 80 lip. 19 p. 44	20 Coditos con tomate Tortilla de patatas Guarnicion lechuga Platano de canarias Pan barra Kcal. 929 h.c. 129 lip. 39 p. 20
23 <b>Vacaciones</b>	24 <b>Vacaciones</b>	25 <b>Vacaciones</b>	26 <b>Vacaciones</b>	27 <b>Vacaciones</b>
30 <b>Vacaciones</b>	31 <b>Vacaciones</b>			



Recomendaciones nutricionales



Juntos en tu día a día