

# ESCUELA INFANTIL GATO CON BOTAS - DICIEMBRE 2024

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
2					3					4					5					6				
Macarrones con bacon (1,3,6,10) Filete de bacalao en salsa verde con guisantes (2,4,12,14) Fruta de temporada					Judías pintas guisadas con verduras (12) Tortilla española con ensalada de tomate (3) Postre <b>lácteo</b> (7)					Panaché de verduras rehogadas Contramuslo de pollo al ajillo con arroz integral (12) Fruta de temporada					Patatas riojanas (12) Varitas de merluza con ens. Lechuga (1,2,3,4,7,14) Fruta de temporada					<b>FESTIVO</b> 				
kcal 432	Líp 10,0	Prot 15,4	HdC 70		kcal 443	Líp 19,2	Prot 23,8	HdC 44		kcal 411	Líp 13,9	Prot 26,1	HdC 45		kcal 378	Líp 17,1	Prot 17,7	HdC 38						
9					10					11					12					13				
Guisantes rehogados con cebolla y ajito Hamburguesa mixta (pollo y ternera) con patatitas (6,12) Fruta de temporada					Coditos al aggio e olio (1,3,6,10) Filete de salmón con pisto (tomate, calabacín, berenjena, pimiento, cebolla) (4) Postre <b>lácteo</b> (7)					Lentejas <b>ECO</b> estofadas con verduras (12) Huevos villaray con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada					Arroz con tomate Pescadilla al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada					Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) Complemento: garbanzos <b>ECO</b> , verdura, morcillo, ave, chorizo (12) Postre <b>lácteo</b> (7)				
kcal 434	Líp 9,2	Prot 27,8	HdC 60		kcal 337	Líp 16,3	Prot 19,0	HdC 29		kcal 410	Líp 13,7	Prot 13,8	HdC 58		kcal 520	Líp 19,0	Prot 9,5	HdC 78		kcal 447	Líp 16,7	Prot 26,3	HdC 48	
16					17					18					19					20 - MENÚ ESPECIAL				
Crema de calabaza y zanahoria (12) Magro de cerdo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada					Paella mixta (verdura y pollo) Filete de merluza a la Andaluza con zanahorias baby (1,4,6,10) Postre <b>lácteo</b> (7)					Patatas marineras (4,12) Tortilla francesa con ensalada de tomate natural Fruta de temporada					Alubias blancas <b>ECO</b> estofadas con hortalizas (12) Bacalao a la Bilbaína con ensalada (2,4,14) Fruta de temporada					Espaguetis a la napolitana (1,3,6,10) Fingers de pollo con patatas (1,6,10,12) Postre <b>lácteo</b> (7)				
kcal 406	Líp 11,7	Prot 21,1	HdC 54		kcal 401	Líp 19,8	Prot 24,8	HdC 31		kcal 415	Líp 9,4	Prot 11,1	HdC 72		kcal 404	Líp 10,1	Prot 25,7	HdC 53		kcal 512	Líp 16,6	Prot 25,7	HdC 65	

23 - 31



¡Feliz Navidad!



Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva**.

## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP