



**SIN LACTOSA, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA,
LÁCTEOS NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA**

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

ENERO 2022

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

VACACIONES DE NAVIDAD		ENERO 2022	
Macarrones con bacon (sin queso) Alérgeno: gluten, huevo Lacón al horno con rodajas de tomate natural Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 10 Kcal. 868 Prot. 28 Lip 45 H.C. 89	Judías pintas ecológicas con verduras Bacalao rebozado con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 11 Kcal. 656 Prot. 29 Lip 21 H.C. 88
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Caballa con pisto Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 17 Kcal. 635 Prot. 31 Lip 15 H.C. 94	Crema de calabacín, puerro y patata Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceituna Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 12 Kcal. 639 Prot. 23 Lip 33 H.C. 60
Macarrones con tomate (sin queso) Alérgeno: huevo, gluten Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 24 Kcal. 557 Prot. 25 Lip 11 H.C. 89	Crema de puerros y patata Albóndigas de ternera con champiñón Alérgeno: gluten, huevo, soja, sulfitos y sulfurados Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 18 Kcal. 695 Prot. 21 Lip 38 H.C. 68
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Merluza enharinada con ensalada de lechuga, tomate y aceituna Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 31 Kcal. 696 Prot. 32 Lip 22 H.C. 93		
NO LECTIVO		dia 13 Kcal. 763 Prot. 40 Lip 31 H.C. 77	Guiso de fideos con calamares y rape Alérgeno: gluten, huevo, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurados Merluza rebozada con rodajas de tomate natural Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta de temporada y pan (gluten, soja, sésamo)
		dia 14 Kcal. 691 Prot. 36 Lip 21 H.C. 91	
		dia 20 Kcal. 593 Prot. 24 Lip 17 H.C. 85	Patatas guisadas con carne Fogón al horno con ensalada de lechuga, cebolla y maíz Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)
		dia 21 Kcal. 619 Prot. 33 Lip 18 H.C. 80	
		dia 25 Kcal. 649 Prot. 25 Lip 22 H.C. 88	dia 26 Kcal. 735 Prot. 33 Lip 28 H.C. 85
		Judías blancas ecológicas con verduras Escalope de pavo con ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y manzana Alérgeno: gluten, huevo Yogur de soja (soja), pan (gluten, soja, sésamo)	Coliflor rehogada con ajo y pimentón Salmón al horno con ensalada Alérgeno: pescado Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)
		dia 27 Kcal. 560 Prot. 20 Lip 32 H.C. 48	DÍA DE LA PAZ Arroz con tomate tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga, y maíz Alérgeno: huevo Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)
		dia 28 Kcal. 627 Prot. 18 Lip 26 H.C. 80	DÍA DE LA PAZ MUNDIAL