

Diciembre 2020

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



iconografía

CLICK-a
AQUI



01

km.0

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
ALBONDIGAS EN SALSA
PATATA CUADRADA
YOGUR
KCal. 801 H.C. 81 Lip. 37 P. 40

02

ARROZ CON TOMATE
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN
SALSA DE CHAMPIÑÓN
FRUTA
KCal. 913 H.C. 130 Lip. 28 P. 42

03

GARBANZOS
GRANADERO EMPANADO
TOMATE FRESCO
FRUTA
KCal. 889 H.C. 110 Lip. 40 P. 30

04



PURE DE CALABAZA
MACARRONES ECOLÓGICOS CON
HUEVO DURO Y ATUN
FRUTA
KCal. 786 H.C. 122 Lip. 24 P. 21

07

MENESTRA DE VERDURAS
ATUN CON TOMATE
FRUTA
KCal. 720 H.C. 68 Lip. 33 P. 40

08

fiesta

09

ENSALADA FRANCESA
FILETE DE TERNERA EMPANADO
PIMIENTOS ROJOS
FRUTA
KCal. 653 H.C. 63 Lip. 32 P. 33

10



ALUBIAS PINTAS
TORTILLA DE PATATAS HORNO
TOMATE FRESCO
YOGUR
KCal. 832 H.C. 105 Lip. 32 P. 37

11

PATATAS A LA RIOJANA
LOMO DE MERLUZA AL HORNO
LIMON
FRUTA
KCal. 668 H.C. 87 Lip. 23 P. 34

14



JUDIAS VERDES CON PATATAS
LOMO ADOBADO EMPANADO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA
KCal. 727 H.C. 77 Lip. 33 P. 35

15

PURE DE CALABACIN
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA
CON GUISANTES
FRUTA
KCal. 734 H.C. 91 Lip. 29 P. 31

16

LENTEJAS
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
MAHONESA
FRUTA
KCal. 780 H.C. 84 Lip. 35 P. 38

17



MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
MUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS FRITAS
PASTELITO DE CHOCOLATE
KCal. 913 H.C. 127 Lip. 31 P. 38

18



ALUBIAS BLANCAS
TORTILLA CAMPERA
TOMATE FRESCO
FRUTA
KCal. 826 H.C. 105 Lip. 31 P. 35

21



PURE DE VERDURAS
EMPANADILLAS DE ATUN
LECHUGA
ACTIMEL
KCal. 847 H.C. 105 Lip. 40 P. 19

22

LENTEJAS
ZANCARRON DE TERNERA CON
PIPERRADA
FRUTA
KCal. 724 H.C. 87 Lip. 19 P. 55

23

PAELLA VEGETAL
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
LIMON
FRUTA
KCal. 793 H.C. 112 Lip. 29 P. 28

24

vacaciones

25

vacaciones

28

COLIFLOR CON PATATAS
LOMO ADOBADO PLANCHA
PIMIENTOS ROJOS
FRUTA
KCal. 635 H.C. 69 Lip. 27 P. 34

29

km.0

MACARRONES CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
MAHONESA
YOGUR
KCal. 914 H.C. 105 Lip. 42 P. 36

30

GARBANZOS
TORTILLA DE JAMON YORK
PATATAS FRITAS
FRUTA
KCal. 741 H.C. 95 Lip. 30 P. 28

31

vacaciones

proyecto educativo

CLICK-a
AQUI

recomendaciones
nutricionales

CLICK-a
AQUI

Massana
impulsa

CLICK-a
AQUI

IS

MONDRAGON

HUMANITY AT WORK

Finanzas
Industria
Distribución
Conocimiento

