

# Diciembre 2024

Nuestros menús incluyen  
**PAN BLANCO**  
y la bebida es **AGUA**.

Productos de temporada  
y proximidad.



Plan de  
reducción del  
desperdicio.



ACEITE DE  
OLIVA VIRGEN



INTEGRAL



PROXIMIDAD



RESIDUOS



OCASIONAL



ALERGIAS

**mawersa**  
~ 1983 ~



COLEXIO  
**CALASANZ**  
PP. ESCOLAPIOS  
A CORUÑA

Lunes					Martes				Miércoles				Jueves				Viernes				
2					3				4				5				6				
ARROZ CON TOMATE					CALDO GALLEGO				BRÓCOLI REHOGADO CON BACON				CODITOS BOLOÑESA								
TORTILLA DE ATÚN CON GUARNICIÓN DE ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA RALLADA					SAN JACOBO CON GUARNICIÓN DE ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE				RAXO DE CERDO CON PATATAS FRITAS				PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE CHAMPIÑONES								
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				YOGUR								
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
612	20	23	82		736	32	22	104	646	27	30	71	692	43	24	75					
9					10				11				12				13				
SOPA DE PICADILLO					LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS				ARROZ CON VERDURAS				MACARRONES <b>INTEGRALES</b> CON PICADILLO DE CHORIZO				ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS				
ALBONDIGAS CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO					PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON PATATAS				ESCALOPE MILANESA CON TOMATE ALIÑADO				PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y REMOLACHA				TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y TALLOS DE ESPÁRRAGOS				
FRUTA DE TEMPORADA					YOGUR				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
624	28	15	97		666	41	22	77	672	27	24	82	636	34	22	75	695	30	22	96	
16					17				18				19				20 <b>MENÚ DE NAVIDAD</b>				
JUDIAS VERDES SALTEADAS					PAELLA				GUIISO DE GARBANZOS CON VERDURAS				ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO RALLADO				CREMA DE CALABAZA				
CINTA DE LOMO CON PATATAS FRITAS					PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE VERDURAS				POLLO ASADO CON PURÉ DE PATATA				PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA RALLADA				NUGGETS DE POLLO / CROQUETAS				
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
613	28	53	54		610	27	13	98	731	35	25	96	633	32	14	94	739	25	31	90	



**Feliz  
Navidad**