

# CEIP RAMÓN MARÍA DEL VALLE-INCLÁN

## Escuela - DICIEMBRE 2025



### Lunes

1	KCal:654 HC:82AZÚ:15 Gra.:5 SAT:5 Pro:29 SAL:2g	Caracolas con tomate Albóndigas (salsa de tomate y guisantes) Pera asada
8		<b>FESTIVO</b>
15	KCal:624 HC:44 AZÚ:11 Gra.:26 G. SAT:8 Pro:32 SAL:1	Lentejas estofadas (zanahoria, puerro y pimiento) Revuelto de york champiñones Pera asada

### Martes

2	KCal:524 HC:81AZÚ:16 Gra.:7 G SAT:7 Pro:35 SAL:2g	Potaje de lentejas (lentejas, zanahoria, pimiento verde, rojo, tomate, ajo, pimentón y jamón) Merluza a la gallega (patata cocida y pimentón) Yogur
9	KCal:584 HC:60 AZÚ:12 Gra.:28 G. SAT:4 Pro:19 SAL:2	Espaguetis con verduras (tomate, zanahoria y calabacín) Tortilla de patata con tomate asado Yogur
16	KCal:548 HC:79 AZÚ:16 Gra.:17 G SAT:5 Pro:24 SAL:2g	Crema de verduras (Patata, puerro, calabacín, judías verdes y zanahoria) Pollo con patatas Yogur

### Miércoles

3	KCal:672 HC:78 AZÚ:16 Gra.:26 G SAT:7 Pro:20 SAL:2g	Paella de pollo (arroz, pollo, cebolla, ajo y pimiento) San Jacobos con zanahoria Fruta
10	KCal:648 HC:87g AZÚ:18g Gr.:23g SAT:6g Pro:30 SAL:2g	Sopa de Cocido (fideos, zanahoria, patata, y repollo) Cocido completo con garbanzo (ternera, pollo y chorizo) Manzana asada
17	KCal:561 HC:78g AZÚ:16g Gr.:21g SAT:6g Pro:25 SAL:2g	Judías verdes rehogadas (cebolla, ajo y pimentón) Ragú de ternera con brócoli y zanahoria Fruta

### Jueves

4	KCal:582 HC:71 AZÚ:15 Gra.:17 G SAT:4 Pro:29 SAL:3g	Crema de calabaza (calabaza, patata, zanahoria y puerro) Pollo al chilindrón (Pimiento, cebolla y tomate) con patatas Yogur
11	KCal:570 HC:36 AZÚ:10 Gra.:26 G. SAT:6 Pro:30 SAL:1	Crema de calabacín (patata y calabacín) Contramuslos de pollo con patatas Yogur
18	KCal:605 HC:65 AZÚ:9 Gra.:21 G. SAT:5 Pro:30 SAL:2	Arroz con tomate Bacalao al horno con calabacín Yogur

### Viernes

5	KCal:510 HC:46 AZÚ:21 Gra.:21 G. SAT:7 Pro:37 SAL:2	Judías blancas (judías blancas, zanahoria, puerro y pimiento) Bacalao a la riojana (Tomate, cebolla, ajo y pimiento) Fruta
12	KCal:496 HC:25 AZÚ:10 Gra.:25 G. SAT:7 Pro:26 SAL:2	Patatas a la riojana (chorizo, cebolla, pimiento y ajo) Merluza en salsa verde con brócoli Fruta
19		Macarrones napolitana (tomate) Hamburguesa con patatas Fruta

En cumplimiento del Reglamento UE 1169/2011, el personal de Colectividades Madrid SL dispone de información sobre los alérgenos.

#### Si has comido:

- Cereales (arroz o pasta), patatas o legumbres
- Verduras

- Carne
- Pescado
- Huevos
- Fruta
- Lácteo

#### La cena es:

- Verduras cocinadas u hortalizas crudas
- Cereales (arroz o pasta) o patatas
- Pescado o huevo
- Carne o huevo
- Pescado o carne
- Lácteo o fruta
- Fruta



\*Todos los menús se acompañan de pan blanco/pan ecológico integral y agua.

\*Menú elaborado para cubrir las ingestas diarias recomendadas para un grupo de escolares de 6 a 9 años (2000 kcal). Todos los menús son diseñados y supervisados por una persona con formación en Nutrición Humana y Dietética.

