



C.E.J.P. GLORJA FUERTES, Muriedas

DICIEMBRE / DECEMBER

lunes monday		martes tuesday		miércoles wednesday		jueves thursday		viernes friday	
			1	CREMA DE CALABACÍN CREAM OF ZUCCHINI SOUP TERNERA ESTOFADA A LA JARDINERA STEWED BEEF WITH VEGETABLES FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.620 HC.74 Lip.21 Prt.33	2	ARROZ CANTONÉS (CON GUI SANTES Y ZANAHORIA) CANTONESE FRIED RICE VENTRESCA DE BACALAO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE BAKED COD WITH TOMATO SALAD FRUTA DEL TIEMPO SALAD SEASONAL FRUIT Kcal.768 HC.93 Lip.34 Prt.22	3	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS WHITE BEAN STEW HUEVOS GRATINADOS CON TOMATE Y ORÉGANO HARD-BOILED EGGS GRATIN WITH OREGANO AND TOMATO ACTIMEL ACTIMEL Kcal.690 HC.81 Lip.26 Prt.33	
6	FIESTA	7	NO LECTIVO	8	FIESTA	9	CREMA DE VERDURAS VEGETABLES CREAM TORTILLA FRANCES DE ATÚN ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS TUNA OMELETTE LETTUCE AND OLIVES SALAD FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.769 HC.96 Lip.21 Prot.49	10	MARMITACO FISH MARMITAKO MUSLO DE POLLO ASADO CON VERDURITAS ROAST CHICKEN THIGH WITH VEGETABLES YOGUR YOGURT Kcal.724 HC.94 Lip.20 Prot.42
13	ARROZ CON VERDURAS DE TEMPORADA RICE WITH VEGETABLES SUPREMA DE MERLUZA CON GUI SANTES EN SALSA HAKE SUPREME WITH PEAS IN SAUCE FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.762 HC.91 Lip.30 Prot.32	14	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN GREEN BEANS WITH HAM TORTILLA DE PATATA ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS SPANISH OMELETTE LETTUCE AND OLIVE SALAD FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.696 HC.73 Lip.33 Prot.27	15	GARBANZOS ECOLÓGICOS ESTOFADOS CHICKPEA STEW SALMON EN SALSA DE CÍTRICOS JUDÍAS VERDES SALTEADAS BAKED SALMON IN CITRUS SAUCE GREEN BEANS SAUTÉED YOGUR NATURAL YOGURT Kcal.602 HC.69 Lip.20 Prot.37	16	SOPA MINESTRONE "MINESTRONE" SOUP PAVO GUI SADO ARROZ INTEGRAL TURKEY STEW INTEGRAL RICE FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.626 HC.82 Lip.21 Prot.27	17	LENTEJAS CON VERDURITAS LENTILS WITH VEGETABLES ESCALOPE DE CERDO CON TOMATE NATURAL BREADED PORK STEAK TOMATO SLICE FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.694 HC.79 Lip.26 Prot.37
20	MENESTRA DE VERDURA VEGETABLE STEW SAN JACOBO CON SALSA DE TOMATE CORDON BLEU WITH TOMATO SAUCE FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.782 HC.80 Lip.44 Prot.16	21	ALUBIAS PINTAS CON ARROZ INTEGRAL BEAN WITH INTEGRAL RICE STEW FILETE DE CABRA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA BAKED GOAT STEAK LETTUCE AND CARROT SALAD FRUTA DEL TIEMPO SEASONAL FRUIT Kcal.623 HC.77 Lip.20 Prot.33	22	PURÉ DE CALABACÍN CON QUESO CREAM OF ZUCCHINI AND CHEESE SOUP PECHUGA DE POLLO ASADA CON CHAMPIÑONES SALTEADOS BAKED PORK STEAK MUSHROOM SAUTÉED YOGUR NATURAL YOGURT Kcal.613 HC.82 Lip.20 Prot.26	23	SPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO SPAGHETTI WITH TOMATO AND CHEESE HAMBURGESA AL HORNO CON PATATAS FRITAS BAKED BURGUER WITH CHIPS MOUSSE DE TURRON NOUGAT MOUSSE Kcal.779 HC.98 Lip.34 Prot.49		