

## Diciembre 2024

### CBASAL: BASAL

ADULTO / COMIDA / COMIDA DESDE 3º PRIMARIA A BACHILLERATO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>2</b> KCal. 1154 H.C. 121 Lip. 55 P. 50</p> <p>ARRÓS DEL SENYORET</p> <p>TORTILLA CON CHAMPIÑONES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• TOMATE ASADO</li> <li>• EMPANADILLAS HORNEADAS</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON LECHUGA, COL LOMBARDA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>3</b> KCal. 1094 H.C. 117 Lip. 47 P. 57</p> <p>ESTOFADO DE GARBANZOS</p> <p>BACALAO ASADO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BERENJENA ASADA</li> <li>• HUEVOS A LA FLAMENCA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>4</b> KCal. 1115 H.C. 100 Lip. 65 P. 38</p> <p>ESPIRALES CARBONARA</p> <p>POLLO AL AJILLO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ZANAHORIA AL VAPOR</li> <li>• ABADEJO ASADO</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>5</b> KCal. 968 H.C. 88 Lip. 57 P. 26</p> <p>HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria)</p> <p>ALBÓNDIGAS EN SALSA CON JARDINERA DE VERDURAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHIPS VEGETALES</li> <li>• FILETE DE MERLUZA ASADA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	
<p><b>9</b> KCal. 809 H.C. 69 Lip. 46 P. 32</p> <p>PATATAS ASADAS BOLOÑESA</p> <p>ABADEJO A LA PROVENZAL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• VERDURAS ASADAS</li> <li>• HAMBURGUESA MIXTA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>10</b> KCal. 844 H.C. 76 Lip. 48 P. 30</p> <p>SOPA DE LLUVIA</p> <p>LOMO AL AJILLO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BERENJENA ASADA</li> <li>• TORTILLA CON QUESO</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA MEZCLUM (Lechugas variadas, tomate y zanahoria)</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>11</b> KCal. 1101 H.C. 160 Lip. 33 P. 43</p> <p>FABADA DE VERDURAS ECOLÓGICAS</p> <p>PIZZA CASERA CON PAVO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHAMPIÑONES</li> <li>• FOGONERO A LA PROVENZAL</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>12</b> KCal. 1182 H.C. 123 Lip. 63 P. 39</p> <p>ARROZ A LA CUBANA (Con tomate y huevo)</p> <p>LONGANIZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PISTO CASERO CON VERDURAS HORNEADAS</li> <li>• TORTILLA CON ZANAHORIA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA MEDITERRANEA CON ATÚN</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>13</b> KCal. 812 H.C. 57 Lip. 50 P. 33</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE ATÚN EN SALSA DE TOMATE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CALABACÍN ASADO</li> <li>• CORDON BLEU DE POLLO</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON VERDURAS DE TEMPORADA</p> <p>BIZCOCHO NARANJA CASERO BAJO EN AZUCAR</p>
<p><b>16</b> KCal. 1382 H.C. 146 Lip. 69 P. 48</p> <p>ESPIRALES NAPOLITANA</p> <p>FINGERS DE PESCADO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PATATAS FRITAS</li> <li>• TORTILLA CON ZANAHORIA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>ENSALADA CON MIGAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>17</b> KCal. 994 H.C. 117 Lip. 40 P. 45</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA</p> <p>TORTILLA DE PATATAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SALTEADO CAMPESTRE</li> <li>• FAJITA CON POLLO</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>BROTES DE LECHUGAS CON COL BLANCA Y MAIZ</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>18</b> KCal. 705 H.C. 72 Lip. 33 P. 33</p> <p>SOPA DE ARROZ CON CALDO DE CARNE</p> <p>MAGRO CON CHAMPIÑONES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BRÓCOLI</li> <li>• MERLUZA AL LIMÓN</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>PALITOS DE ZANAHORIA Y PIMIENTO ROJO</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	<p><b>19</b> KCal. 720 H.C. 61 Lip. 39 P. 33</p> <p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>LOMO AL HORNO CON PISTO DE HORTALIZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GUISANTES ECOLÓGICOS</li> <li>• SALMÓN HORNO / PLANCHA</li> <li>• ENSALADA CON TOPPING</li> </ul> <p>RODAJAS DE TOMATE Y PEPINO CON ORÉGANO</p> <p>FRUTA O LÁCTEO</p>	