

## Menú de 3 a 8 años

## MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: Diciembre 2025

RAMIRO SOLANS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>1</b> Alubias estofadas con verduras Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos  VE:2.464/590 GT:15 GS:2 HC:68 AZ:24 PROT:42 SAL:2	<b>2</b> Sopa de sémola con arroz Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:2.471/591 GT:18 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:35 SAL:2	<b>3</b> Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos  VE:2.538/607 GT:20 GS:4 HC:79 AZ:18 PROT:3 SAL:1	<b>4</b> Judías verdes con reffrito Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:2.431/582 GT:28 GS:3 HC:54 AZ:22 PROT:27 SAL:1	<b>5</b> Potaje de garbanzos Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta  VE:2.485/594 GT:25 GS:5 HC:62 AZ:20 PROT:23 SAL:2	<b>6</b> 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta  VE:2.471/591 GT:18 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:35 SAL:2	<b>7</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta  VE:2.471/591 GT:18 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:35 SAL:2
<b>8</b> <b>FESTIVO</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:2.523/604 GT:9 GS:4 HC:78 AZ:17 PROT:29 SAL:2	<b>9</b> Potaje de lentejas (eco.) con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta  VE:2.503/599 GT:21 GS:4 HC:7 AZ:26 PROT:28 SAL:1	<b>10</b> Menestra de verduras salteadas Estofado de pavo con verduras Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:2.632/630 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2	<b>11</b> Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:2.632/630 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2	<b>12</b> Arroz (eco.) caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:2.528/605 GT:15 GS:2 HC:90 AZ:18 PROT:25 SAL:2	<b>13</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta  VE:2.528/605 GT:15 GS:2 HC:90 AZ:18 PROT:25 SAL:2	<b>14</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos  VE:2.528/605 GT:15 GS:2 HC:90 AZ:18 PROT:25 SAL:2
<b>15</b> Alubias estofadas con arroz integral Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>16</b> Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) - Magro de cerdo con arroz Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos  VE:2.497/597 GT:21 GS:3 HC:78 AZ:20 PROT:21 SAL:1	<b>17</b> Crema de brócoli Palometa a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos  VE:2.428/581 GT:20 GS:3 HC:73 AZ:19 PROT:15 SAL:1	<b>18</b> Lentejas (eco) a la castellana Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:2.510/601 GT:23 GS:5 HC:68 AZ:17 PROT:29 SAL:2	<b>19</b> Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta  VE:2.547/609 GT:19 GS:3 HC:87 AZ:24 PROT:21 SAL:3	<b>20</b> 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta  VE:2.547/609 GT:19 GS:3 HC:87 AZ:24 PROT:21 SAL:3	<b>21</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos  VE:2.547/609 GT:19 GS:3 HC:87 AZ:24 PROT:21 SAL:3
<b>22</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>23</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>24</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>25</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>26</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>27</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>28</b> 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1
<b>29</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>30</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1	<b>31</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:2.538/607 GT:17 GS:2 HC:77 AZ:20 PROT:32 SAL:1		TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA		

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)

# Menú de 9 a 13 años

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: Diciembre 2025

## RAMIRO SOLANS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>1</b> Alubias estofadas con verduras Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos  VE:3.086/738 GT:19 GS:3 HC:82 AZ:31 PROT:56 SAL:2	<b>2</b> Sopa de sémola con arroz Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta  VE:3.165/757 GT:26 GS:6 HC:84 AZ:27 PROT:48 SAL:2	<b>3</b> Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos  VE:3.089/739 GT:25 GS:5 HC:94 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>4</b> Judías verdes con refrito Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:3.060/732 GT:37 GS:3 HC:63 AZ:24 PROT:35 SAL:2	<b>5</b> Potaje de garbanzos Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos  VE:3.225/771 GT:33 GS:7 HC:82 AZ:27 PROT:31 SAL:3	<b>6</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>7</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2
<b>8</b> <b>FESTIVO</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos  VE:3.170/758 GT:28 GS:6 HC:90 AZ:18 PROT:35 SAL:3	<b>9</b> Potaje de lentejas (eco.) con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos  VE:3.098/741 GT:26 GS:5 HC:88 AZ:34 PROT:36 SAL:2	<b>10</b> Menestra de verduras salteadas Estofado de pavo con verduras Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:3.259/780 GT:26 GS:6 HC:95 AZ:26 PROT:38 SAL:3	<b>11</b> Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:3.128/748 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>12</b> Arroz (eco.) caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:3.128/748 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>13</b> 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:3.128/748 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>14</b> 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos  VE:3.128/748 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2
<b>15</b> Alubias estofadas con arroz integral Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta  VE:3.119/746 GT:22 GS:2 HC:93 AZ:26 PROT:38 SAL:1	<b>16</b> Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) - Magro de cerdo con arroz Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:3.186/762 GT:27 GS:4 HC:99 AZ:26 PROT:26 SAL:1	<b>17</b> Crema de brócoli Palometa a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos  VE:3.074/735 GT:27 GS:3 HC:86 AZ:25 PROT:20 SAL:1	<b>18</b> Lentejas (eco) a la castellana Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta  VE:3.104/743 GT:31 GS:6 HC:76 AZ:18 PROT:38 SAL:3	<b>19</b> Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta  VE:3.333/797 GT:25 GS:4 HC:114 AZ:32 PROT:27 SAL:3	<b>20</b> 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos  VE:3.333/797 GT:25 GS:4 HC:114 AZ:32 PROT:27 SAL:3	<b>21</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:3.333/797 GT:25 GS:4 HC:114 AZ:32 PROT:27 SAL:3
<b>22</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>23</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>24</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>25</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>26</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>27</b> 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>28</b> 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Patatas y Lácteos  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2
<b>29</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>30</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2	<b>31</b> <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta  VE:3.120/740 GT:20 GS:2 HC:110 AZ:24 PROT:30 SAL:2			TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA	

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE**



**MES: diciembre-25**

**MENÚ:**

**5. NO CERDO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas	2	Sopa de sémola de arroz	3	Crema de verduras	4	Judías verdes con refrito	5	Potaje de garbanzos	kcl: 706,29
	Salmón al horno con salsa de tomate		Pollo en salsa		Revuelto de atún		Merluza en pepitoria		Tortilla de queso	Prot: 25,32
	Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga	HC: 87,02
	Fruta y pan		Fruta y pan integral		Fruta y pan		Yogur y pan integral		Fruta y pan	Lip: 25,76
8	FESTIVO	9	Lentejas eco estofadas con arroz integral	10	Menestra salteada	11	Sopa de verduras	12	Arroz Eco caldoso de verduras	kcl: 693,53
			Tortilla de patata		Estofado de pavo con verduras		Tortilla francesa de atún		Filete de merluza en salsa verde	Prot: 24,14
			Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga			HC: 91,61
			Fruta y pan integral		Fruta y pan		Yogur y pan integral		Fruta y pan	Lip: 23,10
15	Guiso de alubias con arroz integral	16	Verdura tricolor	17	Crema de brócoli	18	Lentejas Eco a la castellana	19	Espirales con salsa pomodoro	kcl: 709,71
	Filete de abadejo al horno con verduritas		Huevos aurora		Palometa a la griega		Tortilla francesa		Pechuga de pollo empanada	Prot: 25,68
					Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 91,05
	Fruta y pan		Fruta y pan integral		Fruta y pan		Yogur y pan integral		Fruta y pan	Lip: 24,55
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



Comertel

MES: diciembre-25

MENÚ:

27. VEGANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
1 Alubias estofadas Salteado de verduras Ensalada de lechuga Fruta y pan	2 Sopa de verduras Guisantes rehogados Fruta y pan integral	3 Crema de verduras Guiso de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	4 Judías verdes con refrito Arroz cocido Yogur de soja y pan integral	5 Potaje de garbanzos Brócoli rehogado Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 522,88 Prot: 14,31 HC: 89,94 Lip: 7,48
8 FESTIVO	9 Lentejas eco estofadas con arroz integral Crema de puerro Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	10 Menestra salteada Puré de patata Fruta y pan	11 Sopa de verduras Guisantes rehogados Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan integral	12 Arroz Eco caldoso de verduras Coliflor rehogada Fruta y pan	kcl: 470,70 Prot: 13,62 HC: 79,87 Lip: 6,84
15 Guiso de alubias con arroz integral Crema de zanahoria Fruta y pan	16 Verdura tricolor Arroz cocido Fruta y pan integral	17 Crema de brócoli Guisantes rehogados Ensalada de lechuga Fruta y pan	18 Lentejas Eco a la castellana Salteado de verduras Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan integral	19 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Espinacas salteadas Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 526,64 Prot: 16,14 HC: 87,09 Lip: 8,10
22 VACACIONES DE NAVIDAD	23 VACACIONES DE NAVIDAD	24 VACACIONES DE NAVIDAD	25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	
29 VACACIONES DE NAVIDAD	30 VACACIONES DE NAVIDAD	31 VACACIONES DE NAVIDAD			

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE**



**Comertel**

**MES: diciembre-25**

**MENÚ:**

**6. NO CARNE**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	2	Sopa de verduras Buñuelos de merluza Fruta y pan integral	3	Crema de verduras Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Judías verdes con refrito Merluza en pepitoria Yogur y pan integral	5	Potaje de garbanzos Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 707,65 Prot: 25,28 HC: 87,22 Lip: 25,84
8	FESTIVO	9	Lentejas eco estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	10	Menestra salteada Salmón al horno Fruta y pan	11	Sopa de verduras Tortilla francesa de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	12	Arroz Eco caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan	kcl: 692,33 Prot: 23,97 HC: 91,48 Lip: 23,10
15	Guiso de alubias con arroz integral Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	16	Verdura tricolor Huevos aurora Fruta y pan integral	17	Crema de brócoli Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan	18	Lentejas Eco a la castellana Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	19	Espirales con salsa pomodoro Bacalao rebozado Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 704,85 Prot: 25,52 HC: 91,21 Lip: 24,01
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**