

	DICIEMBRE LUZU	BAJA EN GRASA		COLEGIO SANTA MARIA DE LOS APOSTOLES
Atendiendo RD 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias		1 Macarrones en salsa de tomate	2 Judías verdes con patatas	3 Lentejas guisadas con arroz
		Filete de abadejo en salsa de tomate Con ensalada Yogurt desnatado / Pan / Agua	Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta en su jugo / pan / agua	Tortilla francesa Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua
				4 Sopa de ave con pistones Goulash de ternera Con patatas al horno Fruta / pan / agua
7 <i>FESTIVO</i>	8 <i>FESTIVO</i>	9 Crema de brócoli Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua	10 Sopa de ave con fideos Garbanzos estofados con verduras Fruta en su jugo / pan / agua	11 Codditos salteados con pollo y verduras wok Tortilla francesa Con ensalada Yogurt desnatado / Pan / Agua
14 Patatas guisadas con verduras Salmón al horno Con zanahorias Fruta / pan / agua	15 Judías verdes con patatas Contramúslo de pollo asado al romero Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua	16 Lentejas guisadas con calabaza Estofado de cerdo con verduras Con ensalada Fruta / pan / agua	17 Sopa de ave con lluvia Merluza a la mediterránea Con patatas horno Yogurt desnatado / Pan / Agua	18 Arroz con pisto Tortilla francesa Con ensalada Fruta en su jugo / pan / agua
21 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo asado Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua	22 <i>MENÚ DE NAVIDAD</i> Sopa de navidad Filete de pavo al horno Postre lácteo desnatado	23 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	24 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	25 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>
28 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	29 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	30 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	31 <i>VACACIONES DE NAVIDAD</i>	DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA GRANDE Nº COLEGIADO: MAD00027 