



# MIRABAL

## MENU DICIEMBRE

NO LACTOSA



Semana 1

**Lunes** 29/11/2021



**Martes** 30/11/2021



**Miércoles** 01/12/2021

Garbanzos estofados  
Tortilla patatas y calabacín , ensalada  
Fruta

**Jueves** 02/12/2021

Fideuá  
Ternera a la cubana con zanahorias  
Fruta

**Viernes** 03/12/2021

Crema de verduras  
Merluza plancha con ensalada  
Fruta/ Yogur sin lactosa

Semana 2

**Lunes** 06/12/2021

FESTIVO

**Martes** 07/12/2021

FESTIVO

**Miércoles** 08/12/2021

FESTIVO

**Jueves** 09/12/2021

Arroz con calabaza cebolla y tomate  
Merluza plancha con ensalada  
Fruta

**Viernes** 10/12/2021

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta/ Yogur sin lactosa

Semana 3

**Lunes** 13/12/2021

Crema de verduras  
Ragout de cerdo a la jardinera  
Fruta

**Martes** 14/12/2021

Lentejas estofadas  
Pollo salteado agridulce con arroz  
Fruta

**Miércoles** 15/12/2021

Macarrones con tomate  
Palometa al horno  
Fruta

**Jueves** 16/12/2021

Garbanzos estofados  
Tortilla de patata con ensalada  
Fruta

**Viernes** 17/12/2021

Arroz con pisto  
Merluza plancha con ensalada  
Fruta/ Yogur sin lactosa /Helado vegano

Semana 4

**Lunes** 20/12/2021

Wok de pavo con arroz  
Salmón plancha y ensalada  
Fruta

**Martes** 21/12/2021

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta

**Miércoles** 22/12/2021

Crema de verduras  
Hamburguesa de pollo pan hamburguesa sin gluten con wedges  
Fruta

**Jueves** 23/12/2021



**Viernes** 24/12/2021

