

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Arroz con tomate	Ensalada de pasta	Ensalada completa	Crema de calabaza	Lentejas jardinera con zanahoria y cebolla
Merluza a la romana con ensalada guarnición	Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate con patatas dado	Jamón fresco asado con patatas fritas	Contramuslo de pollo al ajillo con puré de patata	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca	Yogur de sabores	Fruta fresca	Yogur de sabores	Melón

Energía: 622 kcal. Lípidos: 32,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,7 g. Hidratos de carbono: 49,8 g. Azúcares: 18,1 g. Proteínas: 34,2 g. Sal: 2,5 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Brócoli rehogado con huevo cocido	Crema de calabacín	Ensaladilla rusa	Arroz con tomate y huevo frito	Sopa de fideos
Lomo fresco a la plancha con patatas fritas	Lasaña boloñesa casera	Jamoncito de pollo asado al limón con puré de patata	Merluza a la romana con ensalada guarnición	Pizza casera de York y queso
Fruta fresca	Yogur	Fruta fresca	Fruta fresca	Vasito de helado

Energía: 3.302 kcal. Lípidos: 153,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 47,2 g. Hidratos de carbono: 355,2 g. Azúcares: 90,0 g. Proteínas: 112,7 g. Sal: 13,1 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Ensalada variada	Menestra de verduras	Lentejas con chorizo	Sopa de pollo con fideos	
Macarrones a la boloñesa	Tortilla de patata con tomate frito casero	Merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y cebolla	Hamburguesa completa	
Fruta fresca	Fruta	Yogur	Vasito de helado	

Energía: 511 kcal. Lípidos: 24,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,5 g. Hidratos de carbono: 46,8 g. Azúcares: 17,4 g. Proteínas: 22,8 g. Sal: 2,0 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28

Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5

Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

En todos los menús se incluye agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.