










LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Ensalada de patata con huevo y atún 	Judías verdes con aceite y zanahoria 	Crema de calabaza y puerros 	Alubias blancas con verduras 	Macarrones con tomate (*)
Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria 	Pescado al horno con arroz 	Contramuslo de pollo a la plancha con patatas fritas	Tortilla de patata casera con ensalada de tomate 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria 
Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 559 kcal. Lípidos: 29,5 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g. Hidratos de carbono: 40,4 g. Azúcares: 17,7 g. Proteínas: 28,6 g. Sal: 1,5 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 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Patatas guisadas con verduras 	Macarrones con tomate (*)	Crema de puerros 	Patatas gratinadas a los cuatro queso con bacon 	Brócoli con refrito 
Contramuslo de pollo asado en su jugo con patatas 	Bacalao al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Filete de magro de cerdo a la plancha con arroz 	Merluza al horno con patatas fritas 	Huevos fritos con patatas Salchichas de pavo 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta

Energía: 604 kcal. Lípidos: 30,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,1 g. Hidratos de carbono: 43,8 g. Azúcares: 18,5 g. Proteínas: 34,5 g. Sal: 2,2 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 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Crema de zanahoria, cebolla y calabacín 	Potaje de garbanzos con verduras 	Ensalada de pasta (*) 	Menestra rehogada con bacon 	Ensalada completa 
Macarrones con atún (*) 	Pechuga de pollo a la plancha Patatas fritas	Merluza al horno Ensalada de lechuga, tomate y cebolla 	Arroz a la cubana Salchichas de pavo 	Jamón York a la plancha con patatas fritas 
Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 519 kcal. Lípidos: 19,5 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,0 g. Hidratos de carbono: 57,9 g. Azúcares: 20,2 g. Proteínas: 24,3 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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6

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 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13

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.

Los menús incluyen agua y pan o pan integral.



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