











LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 1
				Judías verdes con aceite y zanahoria 
				Tortilla de patata casera con ensalada de tomate 
				Fruta

Energía: 622 kcal. Lípidos: 37,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g. Hidratos de carbono: 45,5 g. Azúcares: 19,6 g. Proteínas: 20,8 g. Sal: 2,8 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 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Crema de calabaza y puerros 	Patatas guisadas con verduras 	Sopa casera de ave con fideos (*) 	Repollo rehogado con aceite y ajo 	Potaje de garbanzos con verduras 
Contramuslo de pollo asado en su jugo con patatas 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Cinta de lomo de cerdo al horno con patatas fritas 	Arroz a la cubana Salchichas de pavo 	Limanda al horno Ensalada de lechuga y tomate 
Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 675 kcal. Lípidos: 35,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,1 g. Hidratos de carbono: 53,1 g. Azúcares: 20,1 g. Proteínas: 31,1 g. Sal: 6,4 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 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Sopa casera de pollo con fideos (*) 	Alubias blancas con chorizo 	Crema de verduras 	Macarrones con tomate (*) 	Coliflor y brócoli 
Lomo adobado a la plancha con patatas 	Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Estofado de pavo en salsa jardinera con patatas dado 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria 	Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga, tomate y maíz 
Yogur 	Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta

Energía: 604 kcal. Lípidos: 27,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g. Hidratos de carbono: 52,1 g. Azúcares: 19,2 g. Proteínas: 32,8 g. Sal: 2,3 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
Judías verdes con aceite y zanahoria 	Patatas guisadas con verduras 	Sopa casera de pollo con fideos (*) 	Macarrones con tomate (*) 	Crema de calabaza y puerros 
Estofado de magro de cerdo a la jardinera 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria 	Filete de magro de cerdo a la plancha 	Filete de ternera a la plancha con ensalada de zanahoria y olivas 	Macarrones con atún (*) 
Fruta	Fruta	Fruta	Arroz con leche 	Fruta

Energía: 570 kcal. Lípidos: 23,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g. Hidratos de carbono: 56,8 g. Azúcares: 19,9 g. Proteínas: 30,2 g. Sal: 1,7 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

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.