











LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 1
				Garbanzos estofados con chorizo y panceta 
				Merluza a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria 
				Fruta







Energía: 632 kcal. Lípidos: 29,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g. Hidratos de carbono: 47,5 g. Azúcares: 17,0 g. Proteínas: 37,8 g. Sal: 2,9 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 	Lentejas con chorizo y bacon 			
Albóndigas caseras mixtas en salsa jardinera (zanahoria, cebolla, quisantes) con patatas fritas 	Bacalao enharinado con ensalada de lechuga y tomate 			
Yogur 	Fruta			

Energía: 213 kcal. Lípidos: 9,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 2,1 g. Hidratos de carbono: 18,3 g. Azúcares: 7,7 g. Proteínas: 10,8 g. Sal: 1,3 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 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Crema de zanahoria, cebolla y calabacín 	Macarrones a la napolitana 	Brócoli con refrito 	Sopa casera de pollo con estrellitas 	Caldo gallego de repollo 
Lomo adobado al horno con patatas fritas 	Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria 	Estofado de magro de cerdo a la jardinera con patatas dado 	Merluza a la romana Ensalada de lechuga, tomate y espárragos 	Tortilla de patata casera Ensalada de tomate 
Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 744 kcal. Lípidos: 39,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,2 g. Hidratos de carbono: 56,7 g. Azúcares: 19,7 g. Proteínas: 35,0 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 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Lentejas al estilo casero 	Judías verdes a la riojana 	Crema de calabaza y puerros 	Sopa casera de pollo con fideos 	
Canelones de atún 	Contramuslo de pollo al horno en su jugo con patatas 	Arroz a la cubana 	Pizza de atún 	
Fruta	Fruta	Fruta	Natillas de chocolate 	

Energía: 1.435 kcal. Lípidos: 117,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 19,2 g. Hidratos de carbono: 63,1 g. Azúcares: 18,4 g. Proteínas: 27,9 g. Sal: 3,4 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 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.