

LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Patatas guisadas con verduras 	Crema de calabaza
		Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Tilapia en salsa verde (*) con ensalada de lechuga y maíz 	Estofado de pavo a la jardinera 
		Fruta	Fruta	Fruta


Energía: 446 kcal. Lípidos: 17,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 2,5 g. Hidratos de carbono: 47,2g. Azúcares: 18,4 g. Proteínas: 19,4 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 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Macarrones con tomate (*) 	Patatas guisadas a la marinera 	Crema de zanahoria 	Alubias blancas con verduras 	Arroz blanco con tomate 
Palometa en salsa con champiñones 	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz 	Estofado de cerdo con verduras 	Chuleta de pavo con ensalada de lechuga y tomate 	Merluza al horno con zanahoria salteada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 534 kcal. Lípidos: 20,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,5 g. Hidratos de carbono: 50,0 g. Azúcares: 18,3 g. Proteínas: 32,6 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 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Cocido de garbanzos con verduras 	Crema de calabacín 	Paella de carne 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Fideos a la cazuela 
Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Perca en salsa verde con guisantes 	Jamoncitos de pollo al horno en su jugo con ensalada de lechuga y maíz 	Fogonero en salsa de tomate con zanahoria salteada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 614 kcal. Lípidos: 31,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g. Hidratos de carbono: 49,5 g. Azúcares: 17,2g. Proteínas: 28,7 g. Sal: 1,6 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 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Macarrones con tomate (*) 	Patatas guisadas con verduras 	Crema de calabacín 	Arroz de verduras con pollo 	Lentejas estofadas 
Huevos cocidos con ensalada de lechuga y zanahoria 	Merluza al horno con zanahoria salteada 	Estofado de cerdo en salsa hortelana con ensalada de lechuga y maíz 	Limanda en salsa marinera 	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 499 kcal. Lípidos: 20,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,3 g. Hidratos de carbono: 47,3 g. Azúcares: 18,0 g. Proteínas: 27,5 g. Sal: 0,8 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 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 1

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 menus 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.