

LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
<small>Energía: . . . Lípidos: . . . Ácidos Grasos Saturados: . . . Hidratos de carbono: . . . Azúcares: . . . Proteínas: . . . Sal: . . . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 739 kcal . Lípidos: 41,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,6 g . Hidratos de carbono: 52,8 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 32,8 g . Sal: 2,9 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 925 kcal . Lípidos: 34,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 55,8 g . Azúcares: 17,6 g . Proteínas: 34,4 g . Sal: 3,3 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Menestra de verduras con patatas 	Macarrones integrales a la boloñesa 	Alubias blancas con verduras 	Crema de calabaza 	Lentejas al estilo casero
Lomo adobado al horno con pimientos 	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes 	Tortilla francesa con lechuga 	Pechuga de pollo empanada con lechuga y maíz 	Salmón a la plancha en salsa de naranja con rodaja de tomate
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Yogur natural 	Fruta
	Pan integral 		Pan integral 	
<small>Energía: 520 kcal . Lípidos: 27,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,8 g . Hidratos de carbono: 39,8 g . Azúcares: 12,2 g . Proteínas: 23,8 g . Sal: 2,3 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 739 kcal . Lípidos: 41,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,6 g . Hidratos de carbono: 52,8 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 32,8 g . Sal: 2,9 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 925 kcal . Lípidos: 34,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 55,8 g . Azúcares: 17,6 g . Proteínas: 34,4 g . Sal: 3,3 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Patatas a la riojana 	Alubias pintas con verduras 	Judías verdes al estilo casero 	Garbanzos con espinacas 	Puré de verduras
Filete de cabezada a la riojana 	Palometa al horno con tomate al horno 	Tortilla de patata con lechuga 	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes 	Muslo de pollo asado al limón con lechuga y zanahoria
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Yogur natural 	Fruta
	Pan integral 		Pan integral 	
<small>Energía: 412 kcal . Lípidos: 19,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,5 g . Hidratos de carbono: 35,0 g . Azúcares: 12,1 g . Proteínas: 20,1 g . Sal: 1,9 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 582 kcal . Lípidos: 27,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g . Hidratos de carbono: 49,3 g . Azúcares: 16,6 g . Proteínas: 28,0 g . Sal: 2,7 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 695 kcal . Lípidos: 34,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 55,8 g . Azúcares: 17,6 g . Proteínas: 34,4 g . Sal: 3,3 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz con tomate 	Lentejas maravilla 	Menestra de verduras con brócoli 	Crema casera de verduras 	Alubias blancas estofadas
Limanda a la inglesa con lechuga 	Tortilla francesa con lechuga y maíz 	Bacalao a la riojana 	Pechuga de pollo en salsa hortelana con lechuga y zanahoria 	Albóndigas caseras con salsa de champiñones con lechuga
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Yogur natural 	Fruta
	Pan integral 		Pan integral 	
<small>Energía: 511 kcal . Lípidos: 25,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 42,0 g . Azúcares: 12,5 g . Proteínas: 23,7 g . Sal: 2,4 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 700 kcal . Lípidos: 35,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,5 g . Hidratos de carbono: 56,2 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 33,2 g . Sal: 3,4 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 863 kcal . Lípidos: 44,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,4 g . Hidratos de carbono: 67,1 g . Azúcares: 18,5 g . Proteínas: 41,8 g . Sal: 4,2 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Macarrones integrales con verduras 	Garbanzos con verduras 	Judías verdes al estilo casero 	Puré de patata 	
Merluza en salsa alicantina con guisantes 	Huevos cocidos con frita 	Jamonicos de pollo al horno en su jugo con lechuga 	Hamburguesa completa con lechuga 	
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Tarta de manzana 	
	Pan integral 		Pan integral 	
<small>Energía: 430 kcal . Lípidos: 19,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,4 g . Hidratos de carbono: 43,5 g . Azúcares: 11,3 g . Proteínas: 17,8 g . Sal: 2,0 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 620 kcal . Lípidos: 27,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g . Hidratos de carbono: 61,5 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 26,0 g . Sal: 2,9 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 745 kcal . Lípidos: 33,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,9 g . Hidratos de carbono: 72,4 g . Azúcares: 18,0 g . Proteínas: 32,1 g . Sal: 3,6 g . - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
<p align="center">En todos los menús se incluye agua y pan.</p>				