

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Arroz con tomate	Garbanzos con verduras (calabacín, zanahoria, puerro)	Judías verdes al estilo casero	Sopa casera de verduras y ave	Alubias pintas con verduras
Lomo adobado al horno con pimientos rojos	Tortilla francesa con lechuga y zanahoria	Filete ruso casero en salsa hortelana con guisantes	Jamoncitos de pollo al limón con patatas	Merluza rebozada con lechuga y maíz
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural	Fruta

Energía: 414 kcal. Lípidos: 110,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 21,8 g. Hidratos de carbono: 4,5 g. Azúcares: 34,9 g. Proteínas: 12,5 g. Sal: 15,5 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.

LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Menestra de verduras al estilo casero	Lentejas a la jardinera	Macarrones integrales con verduras	Garbanzos con verduras	Crema casera de verduras
Tortilla de patata con lechuga	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes	Filete de cabezada al chilindrón (tomate, pimientos rojos)	Salmón a la plancha en salsa de naranja con lechuga y zanahoria	Mosto de pollo asado en su jugo con champiñón
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural

Energía: 468 kcal. Lípidos: 21,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,7 g. Hidratos de carbono: 43,0 g. Azúcares: 13,0 g. Proteínas: 21,7 g. Sal: 2,2 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.

LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27

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.

LUNES 30	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Pomusalda				
Tortilla francesa con lechuga y zanahoria				
Fruta				

Energía: 51 kcal. Lípidos: 2,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 0,5 g. Hidratos de carbono: 4,7 g. Azúcares: 2,4 g. Proteínas: 1,4 g. Sal: 0,3 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.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11

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.

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.