

LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
		Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Crema de zanahoria 
		Merluza al horno con mix de verduras  	Tortilla francesa con ensalada  	Albondigas mixtas a la jardinera (zanahoria, pimiento, tomate y cebolla) con patatas      
		Fruta 	Fruta 	Yogurt 
Energía: 162 kcal. Lípidos: 6,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 1,0 g. Hidratos de carbono: 15,3 g. Azúcares: 8,8 g. Proteínas: 8,9 g. Sal: 0,3 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 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Lentejas estofadas 	Crema de calabaza 	Potaje de garbanzos 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Sopa casera de pescado con fideos  
Pavo al horno con champiñones 	Tortilla de patata con ensalada  	Hamburguesa mixta en salsa de cebolla con calabacín al horno    	Merluza a la vasca con espárragos  	Lomo adobado a la plancha con verduras salteadas  
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Fruta 	Natillas instantáneas 
Energía: 390 kcal. Lípidos: 18,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,6 g. Hidratos de carbono: 28,2 g. Azúcares: 15,0 g. Proteínas: 24,4 g. Sal: 1,4 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 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Crema de verduras 	Patatas guisadas a la marinera  	Alubias blancas a la castellana  	Sopa casera de ave con fideos  	Espaguetis boloñesa  
Jamoncito de pollo al horno en su jugo con patatas 	Tortilla francesa con ensalada  	Merluza en salsa verde con zanahoria   	Magro con tomate con mix de verduras   	Salchichas Frankfurt al horno con vino blanco con calabacín    
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Fruta 	Yogurt 
Energía: 503 kcal. Lípidos: 27,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,2 g. Hidratos de carbono: 30,8 g. Azúcares: 14,8 g. Proteínas: 28,8 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 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Arroz de verduras con pollo 	Potaje de garbanzos 	Sopa de picadillo con fideos  	Crema de verduras  	Macarrones con tomate 
Merluza frita con pimentón (*) con champiñón   	Tortilla francesa con ensalada  	Lomo adobado al horno con patatas   	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)    	Pizza de jamón York con ensalada   
Fruta 	Fruta 	Fruta 	Fruta 	Profiteroles de Chocolate  
Energía: 562 kcal. Lípidos: 21,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,4 g. Hidratos de carbono: 61,3 g. Azúcares: 16,0 g. Proteínas: 28,4 g. Sal: 2,7 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 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
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.