

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Espaguettis a la italiana (cebolla,zanahoria,tomate) 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Crema de calabaza	Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento) 	Judía verde con patata
Merluza a la romana con lechuga y zanahoria 	Tortilla francesa con lechuga 	Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate 	Bacalao a la andaluza con ensalada 	Muslo de pollo asado al limón con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores

Energía: 568 kcal . Lipidos: 26,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,3 g . Hidratos de carbono: 50,0 g . Azúcares: 18,2 g . Proteinas: 29,4 g . Sal: 1,5 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
FESTIVO	Arroz blanco con tomate frito 	Sopa casera de ave con pasta 	Crema de calabaza	Garbanzos al estilo casero con calabacín, zanahoria y cebolla
	Merluza rebozada con ensalada de lechuga 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz 	Estofado de pavo en salsa hortelana (zanahoria, guisante, cebolla) 	Hamburguesas de calamar con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores

Energía: 526 kcal . Lipidos: 137,7 kJ . Ácidos Grasos Saturados: 26,5 g . Hidratos de carbono: 3,9 g . Azúcares: 45,9 g . Proteinas: 14,4 g . Sal: 22,7 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso 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	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Macarrones con tomate y queso 	Garbanzos estofados con chorizo 	Acelgas rehogadas con jamón 	Lentejas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate
Croquetas de bacalao con ensalada 	Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria 	Pechuga de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria 	Ventresca de merluza rebozada con ensalada 	Salchichas frescas de cerdo con patatas chips
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Actimel

Energía: 954 kcal . Lipidos: 66,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 12,4 g . Hidratos de carbono: 54,2 g . Azúcares: 17,9 g . Proteinas: 30,4 g . Sal: 3,4 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso 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	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26

Energía: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: . - . Valoración calculada según Documento de Consenso 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	MIERCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2

Energía: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: . - . Valoración calculada según Documento de Consenso 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 menús 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.