

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
				Brócoli con bechamel 
				Halibut rebozado 
				Fruta fresca apta pelada Yogur de sabores 
Energía: 832 kcal. Lípidos: 55,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g. Hidratos de carbono: 48,4 g. Azúcares: 18,2g. Proteínas: 31,6 g. Sal: 2,1 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 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Arroz con tomate frito 	Lentejas con patata, acelga, zanahoria y cebolla 	Macarrones con nata y queso 	Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro) 	Potaje de vigilia (Garbanzos, espinacas, bacalao) 
Brocheta de pollo con lechuga iceberg 	Salmón al horno con lechuga iceberg 	Cabezada de cerdo asada con tomate natural 	Huevos fritos con patatas 	Bacalao a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada/Lacteo 	Fruta fresca apta pelada
Energía: 779 kcal. Lípidos: 31,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,5 g. Hidratos de carbono: 80,4 g. Azúcares: 16,2g. Proteínas: 39,3 g. Sal: 3,3 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 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
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.				
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
	Espaguetis a la italiana (cebolla, zanahoria, tomate) 	Lentejas estofadas con zanahoria, pimiento rojo y cebolla 	Arroz con huevo 	Alubias pintas con arroz 
	Contramuslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y tomate 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con tomate natural 	Hamburguesa casera mixta de cerdo y ternera a la plancha con ensalada de lechuga y cebolla 	Bacalao al horno con ensalada de lechuga 
	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada/Lacteo 	Fruta fresca apta pelada
Energía: 862 kcal. Lípidos: 43,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 12,7 g. Hidratos de carbono: 65,7 g. Azúcares: 12,1 g. Proteínas: 50,3 g. Sal: 2,5 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 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Macarrones a la napolitana (tomate, queso rallado) 	Crema de alubias pintas, patata y puerro 	Brócoli gratinado con queso 	Lentejas estofadas con zanahoria, pimiento rojo y cebolla 	Arroz con tomate frito 
Tilapia al horno con ensalada de tomate y maíz 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Jamoncitos de pollo al horno en su jugo con pimientos rojos 	Tortilla de patata y cebolla con tomate natural 	Bacaladilla a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada/Lacteo 	Fruta fresca apta pelada
Energía: 740 kcal. Lípidos: 29,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g. Hidratos de carbono: 78,6 g. Azúcares: 16,0 g. Proteínas: 34,5 g. Sal: 3,0 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.				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				