

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Macarrones con tomate y atun 	Crema de verduras con costrones 	Arroz integral con con tomate y cebolla	Sopa casera de verduras	Lentejas al estilo casero 
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y olivas 	Tosta de hummus Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria 	Salmón al horno con menestra de verduras asadas 	Salchichas frescas de cerdo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Jamoncito de pollo asado en su jugo con patatas fritas 
Fruta	Fruta	Fruta	Helado 	Fruta
<small>Energía: 626 kcal . Lípidos: 31,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 61,2 g . Azúcares: 19,7 g . Proteínas: 20,8 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.</small>				
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Arroz con pollo y verduritas 	Sopa de pescado 	Crema de calabacín	Hervido valenciano 
Tortilla francesa con loncha de queso y tomate 	Calamares a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Merluza al Horno Tumbet de verduras 	Ropa vieja (garbanzos, pollo, patata y zanahoria) 	Estofado de pavo en salsa demiglace con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja 
Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta
<small>Energía: 624 kcal . Lípidos: 27,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,3 g . Hidratos de carbono: 57,9 g . Azúcares: 12,9 g . Proteínas: 31,7 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.</small>				
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Crema de calabaza	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Alubias blancas con verduras 	Judías verdes con patata y zanahoria 	Arroz integral con tomate con huevo cocido 
Hamburguesa mixta a la plancha con loncha de queso y lechuga 	Pure de frijoles con fajitas de pollo con verduras con lechuga y tomate 	Filete de pechuga de pollo empanada Ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria 	Bacalao al horno con pisto 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Helado 
<small>Energía: 503 kcal . Lípidos: 22,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,4 g . Hidratos de carbono: 52,0 g . Azúcares: 15,7 g . Proteínas: 19,2 g . Sal: 1,8 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 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
	Lentejas estofadas con zanahoria, pimiento rojo y cebolla 	Sopa casera de cocido con pasta 	Crema de guisantes 	Arroz integral con con tomate y cebolla
	Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Garbanzos, pollo y verdura del cocido 	Jamoncito de pollo asado al horno con ensalada de tomate y cebolla 	Boquerones fritos a la andaluza Ensalada de lechuga, tomate y remolacha 
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 
<small>Energía: 379 kcal . Lípidos: 12,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . Hidratos de carbono: 45,6 g . Azúcares: 10,6 g . Proteínas: 17,6 g . Sal: 1,6 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>				
LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
<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.</small>				
Los menús incluyen agua y pan o pan integral.				