

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con pasta 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz 	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz 	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
Energía: 323 kcal . Lípidos: 12,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,7 g . Hidratos de carbono: 34,7 g . Azúcares: 9,8 g . Proteínas: 14,8 g . Sal: 1,4 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Macarrones blancos con aceite y champiñones 	Garbanzos con espinaca y huevo duro con arroz integral 	Arroz a la milanesa 	Crema de puerros con costrones 
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Boloñesa de legumbres con verduras 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de tomate, maíz y cebolla	Filete de magro de cerdo empanado con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 431 kcal . Lípidos: 15,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . Hidratos de carbono: 50,6 g . Azúcares: 11,9 g . Proteínas: 18,5 g . Sal: 2,3 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Crema de calabaza 		
Fajita de legumbre con queso con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate v brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla 		
Fruta	Fruta	Vasito de helado 		
Energía: 336 kcal . Lípidos: 11,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,7 g . Hidratos de carbono: 40,7 g . Azúcares: 12,3 g . Proteínas: 15,0 g . Sal: 1,7 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.				
LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
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 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
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 RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

**COLEGIO SAN JOSE**
**MENU JUNIO 2026 RD SIN HUEVO, FRUTOS SECOS, KIWI, PESCADO AZUL, PIE**

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con tubitos (sin gluten ni huevo) 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada de tomate y maíz	Hamburguesa de pavo con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
Energía: 267 kcal . Lípidos: 12,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,8 g . Hidratos de carbono: 24,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 11,3 g . Sal: 0,8 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.				
LUNES 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Espaguetis (sin gluten ni huevo) con verduras	Garbanzos con espinacas con arroz integral 	Arroz con tomate	Crema de puerros
Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Contramuslo de pollo a la plancha 	Fogonero al horno con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Tiras de magro de cerdo fritas con maizena con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 433 kcal . Lípidos: 21,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g . Hidratos de carbono: 36,1 g . Azúcares: 11,5 g . Proteínas: 21,4 g . Sal: 1,2 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones (sin gluten ni huevo) con tomate	Crema de calabaza 		
Magro con tomate con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Merluza al Horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla 		
Fruta	Fruta	Vasito de helado 		
Energía: 330 kcal . Lípidos: 15,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,0 g . Hidratos de carbono: 32,4 g . Azúcares: 11,9 g . Proteínas: 14,1 g . Sal: 1,2 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 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
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 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
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 RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con pasta 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz 	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
<small>Energía: 296 kcal . Lípidos: 11,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,7 g . Hidratos de carbono: 30,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 14,0 g . Sal: 1,2 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Ensalada de pasta 	Garbanzos con espinaca y huevo duro con arroz integral 	Arroz a la milanesa 	Crema de puerros con costrones 
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún 	Boloñesa de legumbres con verduras 	Fogonero en salsa de tomate con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Filete de magro de cerdo empanado con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 417 kcal . Lípidos: 16,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,2 g . Hidratos de carbono: 45,8 g . Azúcares: 12,0 g . Proteínas: 19,3 g . Sal: 1,9 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Crema de calabaza 		
Fajita de legumbre con queso con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla 		
Fruta	Fruta	Vasito de helado 		
<small>Energía: 319 kcal . Lípidos: 13,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . Hidratos de carbono: 36,1 g . Azúcares: 12,1 g . Proteínas: 12,7 g . Sal: 1,5 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.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<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>				
LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
<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.				

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con pasta 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz 	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
<small>Energía: 296 kcal . Lípidos: 11,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,7 g . Hidratos de carbono: 30,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 14,0 g . Sal: 1,2 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Ensalada de pasta 	Garbanzos con espinaca y huevo duro con arroz integral 	Arroz a la milanesa 	Crema de puerros con costrones 
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún 	Boloñesa de legumbres con verduras 	Fogonero en salsa de tomate con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Filete de magro de cerdo empanado con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 417 kcal . Lípidos: 16,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,2 g . Hidratos de carbono: 45,8 g . Azúcares: 12,0 g . Proteínas: 19,3 g . Sal: 1,9 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Crema de calabaza 		
Fajita de legumbreta con queso con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla 		
Fruta	Fruta	Vasito de helado 		
<small>Energía: 319 kcal . Lípidos: 13,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . Hidratos de carbono: 36,1 g . Azúcares: 12,1 g . Proteínas: 12,7 g . Sal: 1,5 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.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<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>				
LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
<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.				

Cumpliendo el RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con pasta 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz 	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz 	Hamburguesa de pavo con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
<small>Energía: 252 kcal . Lípidos: 9,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 1,6 g . Hidratos de carbono: 28,4 g . Azúcares: 9,5 g . Proteínas: 11,0 g . Sal: 1,1 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Ensalada de pasta 	Garbanzos con espinaca y huevo duro 	Arroz a la milanesa 	Crema de puerros
Tortilla francesa Ensalada de lechuga, tomate y atún 	Boloñesa de legumbres con verduras 	Fogonero en salsa de tomate con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Filete de magro de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 372 kcal . Lípidos: 14,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,2 g . Hidratos de carbono: 38,0 g . Azúcares: 11,8 g . Proteínas: 18,7 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Crema de calabaza 		
Boloñesa de legumbreta con verduras con ensalada de lechuga, tomate v pepino 	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate v brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja 		
Fruta	Fruta	Yogur 		
<small>Energía: 288 kcal . Lípidos: 10,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,5 g . Hidratos de carbono: 31,3 g . Azúcares: 8,0 g . Proteínas: 14,6 g . Sal: 1,5 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.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<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>				
LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
<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.				

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Lentejas al estilo casero 	Judías verdes con patata y zanahoria 		Sopa casera de cocido con pasta 
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate v maíz 	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz 	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados 		Garbanzos, pollo y verdura del cocido 
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
Energía: 296 kcal . Lípidos: 11,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,7 g . Hidratos de carbono: 30,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 14,0 g . Sal: 1,2 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero 	Ensalada de pasta 	Garbanzos con espinaca y huevo duro con arroz integral 	Arroz a la milanesa 	Crema de puerros con costrones 
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún 	Boloñesa de legumbres con verduras 	Fogonero en salsa de tomate con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Filete de magro de cerdo empanado con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 417 kcal . Lípidos: 16,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,2 g . Hidratos de carbono: 45,8 g . Azúcares: 12,0 g . Proteínas: 19,3 g . Sal: 1,9 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate 	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano 	Crema de calabaza 		
Fajita de legumbre con queso con ensalada de lechuga, tomate y pepino 	Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*) 	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla 		
Fruta	Fruta	Vasito de helado 		
Energía: 319 kcal . Lípidos: 13,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . Hidratos de carbono: 36,1 g . Azúcares: 12,1 g . Proteínas: 12,7 g . Sal: 1,5 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 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
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 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
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 RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Patatas guisadas con verduras	Judías verdes con patata y zanahoria		Sopa casera de cocido con pasta
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados		Contramuslo de pollo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
Energía: 292 kcal . Lípidos: 13,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,4 g . Hidratos de carbono: 26,3 g . Azúcares: 9,3 g . Proteínas: 14,3 g . Sal: 1,2 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 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero	Ensalada de pasta	Espinacas al estilo casero con arroz integral	Arroz a la milanesa	Crema de puerros con costrones
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún	Boloñesa de legumbres con verduras	Fogonero en salsa de tomate con ensalada de tomate, maíz y cebolla	Filete de magro de cerdo empanado con ensalada de lechuga, tomate y pepino	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 413 kcal . Lípidos: 15,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . Hidratos de carbono: 47,6 g . Azúcares: 12,0 g . Proteínas: 18,4 g . Sal: 1,9 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 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate	Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano	Crema de calabaza		
Fajita de legumbre con queso con ensalada de lechuga, tomate y pepino	Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*)	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla		
Fruta	Fruta	Vasito de helado		
Energía: 346 kcal . Lípidos: 13,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,0 g . Hidratos de carbono: 40,7 g . Azúcares: 12,3 g . Proteínas: 13,6 g . Sal: 1,7 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.				
LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
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 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
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 RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabacín	Patatas guisadas con verduras	Judías verdes con patata y zanahoria		Sopa casera de cocido con tubitos (sin gluten ni huevo)
Jamoncito de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz	Albóndigas de cerdo con salsa de zanahoria con guisantes salteados		Garbanzos, pollo y verdura del cocido
Fruta	Fruta	Fruta		Fruta

Energía: 247 kcal . Lípidos: 11,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,6 g . Hidratos de carbono: 21,6 g . Azúcares: 10,0 g . Proteínas: 11,2 g . Sal: 0,7 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.

LUNES 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli al estilo casero	Espaguetis (sin gluten ni huevo) con verduras	Garbanzos con espinaca y huevo duro con arroz integral	Arroz a la milanesa	Crema de puerros
Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún	Contramuslo de pollo a la plancha	Fogonero al horno con ensalada de tomate, maíz y cebolla	Tiras de magro de cerdo fritas con maizena con ensalada de lechuga, tomate y pepino	Hamburguesa de pavo con patata asada
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 413 kcal . Lípidos: 18,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,8 g . Hidratos de carbono: 38,1 g . Azúcares: 11,6 g . Proteínas: 20,5 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.

LUNES 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes en salsa de tomate	Macarrones (sin gluten ni huevo) con tomate	Crema de calabaza		
Magro con tomate con ensalada de lechuga, tomate y pepino	Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja (*)	Contramuslo de pollo asado a la naranja con patata y cebolla		
Fruta	Fruta	Vasito de helado		

Energía: 342 kcal . Lípidos: 16,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,2 g . Hidratos de carbono: 32,2 g . Azúcares: 11,9 g . Proteínas: 14,3 g . Sal: 1,1 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 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26

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 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3

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 RD1021/2022 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado. En nuestros menús utilizamos sal yodada y, según la elaboración, aceite de girasol, girasol alto oleico u oliva.

## CONTROL TEMA 9 LENGUA

### "CARCAJADA TEATRAL". 6º ED PRIMARIA

NOMBRE Y APELLIDOS: \_\_\_\_\_

FECHA: \_\_\_\_\_ CURSO \_\_\_\_\_ nº \_\_\_\_\_

Cada falta restará 0,05 del total del control	
<b>CALIFICACIÓN</b>	
<b>Faltas</b>	

**1.- Indica los tres usos del paréntesis que has aprendido en esta unidad (1'2p)**

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**2.- Indica cuál de un refrán y cuál una frase hecha. (1'6 puntos)**

A quien madruga, Dios le ayuda \_\_\_\_\_

Más vale tarde que nunca \_\_\_\_\_

Dar en el clavo \_\_\_\_\_

En boca cerrada no entran moscas \_\_\_\_\_

No hay mal que por bien no venga \_\_\_\_\_

Tirar la toalla \_\_\_\_\_

A caballo regalado no le mires el diente \_\_\_\_\_

Tomar el pelo \_\_\_\_\_

**3.-Indica cuál de una sigla y cuál una abreviatura. (1p)**

ONU etc. DNI ayto. RAE C/ AVE Sr. FIFA págs.

SIGLAS	ABREVIATURAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> <li>• _____</li> </ul>

**4.-Localiza y rodea el complemento circunstancial de cada oración e indica qué tipo de complemento es. (1 '2p)**

Luis respondió las preguntas del control rápidamente. .... .

Los tíos de Iria viven en Madrid. ....

Ayer Vicky e Irene cocinaron un pastel delicioso. .... .

En el bolso guardé las gafas de sol tan caras. .... .

El conductor aparcó la moto de forma brusca. .... .

Parte de la maqueta está pegada con silicona. .... .

**5.- Analiza sintácticamente las siguientes oraciones indicando su complemento directo o indirecto. Pon atención, puede que alguna no lo tenga: (2p)**

Juan y su hermano pequeño compraron flores a su madre por su cumpleaños.

Son muy calurosas las clases de 6º.

El profesor explicó a los alumnos la lección.

El cartero entregó una carta a los vecinos



**6.- Analiza morfológicamente la siguiente oración (2p)**

Ese afamado cocinero cortó dos filetes con un afilado cuchillo

Ese\_\_\_\_\_

afamado\_\_\_\_\_

cocinero\_\_\_\_\_

cortó\_\_\_\_\_

dos\_\_\_\_\_

filetes\_\_\_\_\_

con\_\_\_\_\_

un\_\_\_\_\_

afilado\_\_\_\_\_

cuchillo\_\_\_\_\_

**7.- Dictado (1p)**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_