

LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
		Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo 	Espaguetis con tomate 	Acelgas con patata, zanahoria y jamón York 
		Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada de lechuga y maíz 	Filete de cabezada en salsa demiglace (cebolla, zanahoria, puerro) con c 	Muslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y zanahoria 
		Fruta	Fruta	Yogur 
<small>Energía: 678 kcal . Lípidos: 39,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 12,0 g . Hidratos de carbono: 44,0 g . Azúcares: 17,3 g . Proteínas: 32,7 g . Sal: 2,6 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.</small>				
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Arroz con chorizo y jamón York 	Alubias blancas estofadas con cebolla, ajo, puerro y zanahoria 	Judía verde con patata 	Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria 	Espaguetis a la italiana (cebolla, zanahoria, tomate) 
Lomo asado con ensalada de lechuga y zanahoria 	Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz 	Cabezada de cerdo a la riojana con ensalada de lechuga y zanahoria 	Pavo salteado con ajo y perejil	Pechuga de pollo a la milanesa con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Flan 
<small>Energía: 732 kcal . Lípidos: 37,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 10,4 g . Hidratos de carbono: 51,9 g . Azúcares: 20,7 g . Proteínas: 40,7 g . Sal: 2,5 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.</small>				
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Arroz blanco con tomate frito	Crema de calabaza	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimienta y tomate 	Sopa casera de ave con fideos 	Brócoli con patata 
Pechuga de pavo a la plancha con lechuga 	Muslo de pollo asado con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo plancha y pimientos asados	Tortilla de patata con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Hamburguesa casera de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta
<small>Energía: 616 kcal . Lípidos: 33,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,5 g . Hidratos de carbono: 45,2 g . Azúcares: 17,0 g . Proteínas: 29,6 g . Sal: 1,9 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.</small>				
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Paella de pollo 	Puré de coliflor, calabacín y patata 		Espaguetis a la boloñesa (cebolla, zanahoria, tomate y carne picada) 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz 	Pechuga de pollo a la plancha con pimientos rojos al horno 		Pavo salteado con ajo y perejil con ensalada de lechuga 	Lomo fresco a la plancha con patatas chips
Fruta	Fruta		Yogur 	Fruta
<small>Energía: 542 kcal . Lípidos: 28,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 38,3 g . Azúcares: 13,9 g . Proteínas: 30,5 g . Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
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.