

LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
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.				
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento) 	Crema de judía verde, patata y zanahoria (*) 	Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria 	Sopa casera de pollo con pasta 	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo 
Bacalao al orio con rodaja de tomate natural 	Magro con tomate 	Tortilla de jamón serrano con ensalada de lechuga y maíz 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria 	Limanda empanada con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 646 kcal . Lípidos: 35,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,9 g . Hidratos de carbono: 45,0 g . Azúcares: 18,0 g . Proteínas: 33,1 g . Sal: 3,0 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 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Guisantes con jamón y patatas dado 	Acelgas rehogadas con jamón 	Arroz blanco con tomate 	Tallarines a la napolitana 	Crema de zanahoria 
Salchichas frescas de cerdo con tomate y pimientos asados 	Muslo de pollo asado en su jugo 	Ventresca de merluza rebozada con lechuga 	Estofado de pavo en salsa hortelana (quisante, champiñón, zanahoria) 	Tortilla de patata con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 780 kcal . Lípidos: 50,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,3 g . Hidratos de carbono: 50,0 g . Azúcares: 18,9 g . Proteínas: 27,1 g . Sal: 2,8 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 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Judía verde con patata 	Sopa casera de pollo con maravilla 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Crema de verduras 	Arroz blanco con tomate 
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria 	Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada 	Limanda a la inglesa con pimientos rojos asados 	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria 	Bacalao rebozado con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 645 kcal . Lípidos: 42,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 36,2 g . Azúcares: 17,0 g . Proteínas: 25,4 g . Sal: 1,7 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 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Judía verde con patata 	Paella de marisco 	Lentejas al estilo casero 	Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro) 	Macarrones con tomate 
Muslo de pollo asado al limón con lechuga 	Lomo de cerdo a la plancha con ensalada 	Merluza rebozada con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y maíz 	Limanda empanada con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 719 kcal . Lípidos: 43,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,1 g . Hidratos de carbono: 50,4 g . Azúcares: 17,3 g . Proteínas: 25,7 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.				
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.