

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Espaguetis con tomate (*) 	Garbanzos con verduras (calabacín, zanahoria, puerro) 	Judías verdes rehogadas con patata y jamón 	Arroz con pollo	Puré de calabacín
Limanda empanada con ensalada guarnición 	Filete de magro de cerdo en salsa española con champiñón 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Tortilla de patata con ensalada 	Rape a la inglesa con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 723 kcal. Lípidos: 43,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,5 g. Hidratos de carbono: 49,9 g. Azúcares: 17,5 g. Proteínas: 29,1 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 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Acelgas rehogadas con jamón 	Macarrones a la napolitana (*) 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Paella 
Tilapia al horno con lechuga 	Muslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y maíz 	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada de tomate 	Merluza en salsa verde (ajo, cebolla, perejil) con guisantes 	Magro con tomate 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 541 kcal. Lípidos: 22,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g. Hidratos de carbono: 47,5 g. Azúcares: 16,8 g. Proteínas: 33,5 g. Sal: 1,3 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 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Lentejas estofadas con zanahoria, ajo y cebolla 	Pasta con tomate (*) 	Garbanzos al estilo casero 	Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro) 	Arroz blanco con tomate
Bacalao al orio con lechuga 	Filete de cabezada a la plancha con lechuga 	Tortilla de patata con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo plancha con lechuga 	Pavo salteado con ajo y perejil con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 668 kcal. Lípidos: 33,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g. Hidratos de carbono: 53,8 g. Azúcares: 17,4 g. Proteínas: 33,9 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 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
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 30	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
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.				

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.