

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Fideuá de pollo y verduras 	Pure de calabacín, calabaza, zanahoria y patata	Brócoli con patata 	Arroz con tomate frito	Sopa de cocido con fideos 
Loncha de jamón York con ensalada de lechuga y tomate 	Muslo de pollo asado en su jugo 	San Jacobo 	Halibut rebozado con ensalada guarnición 	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) con tomate natural 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Actimel 

Energía: 685 kcal . Lípidos: 36,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,7 g . Hidratos de carbono: 59,9 g . Azúcares: 19,6 g . Proteínas: 26,7 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 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Arroz con pollo y verduritas 	Crema de zanahoria y patata	Judías verdes con patata 	Macarrones con tomate 	Lentejas a la jardinera 
Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y maíz 	Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate 	Limanda rebozada 	Filete de pechuga de pollo con lechuga 	Tortilla de patata con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 

Energía: 686 kcal . Lípidos: 35,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 56,8 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 28,4 g . Sal: 2,3 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
Guisantes al estilo casero 	Fideuá de pollo 	Garbanzos con verduras (calabacín, zanahoria, puerro) 	Pasta de caracol con tomate 	Crema de calabaza
Jamoncitos de pollo al horno	Croquetas de jamón 	Halibut en salsa verde con lechuga iceberg 	Hamburguesa a la plancha 	Merluza a la romana con tomate natural 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 

Energía: 544 kcal . Lípidos: 24,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,3 g . Hidratos de carbono: 48,3 g . Azúcares: 19,7 g . Proteínas: 28,4 g . Sal: 2,3 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
Judías verdes con salsa de tomate 	Patatas guisadas a la riojana (tomate, pimiento) 	Lentejas a la jardinera 	Macarrones con tomate 	Crema de verduras 
Ragu de pavo en salsa jardinera con tomate, zanahoria, cebolla y patatas dado 	Bacalao con tomate 	Tortilla de patata 	Pechuga de pollo a la plancha con lechuga 	Filete de limanda rebozada 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	y Fruta

Energía: 615 kcal . Lípidos: 30,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 48,4 g . Azúcares: 18,5 g . Proteínas: 32,2 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 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

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.

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.