

LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Crema de calabacín 	Arroz con tomate 	Lentejas con zanahoria y cebolla 	Macarrones a la carbonara 	Sopa casera de cocido con fideos y garbanzos 
Nuggets de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Tortilla francesa con guisantes salteados 	Colas de rape en salsa americana con ensalada de lechuga y tomate 	Salchichas Frankfurt al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Abadejo en salsa de tomate con judías verdes salteadas 
Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca
<small>Energía: 873 kcal. Lípidos: 53,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,7 g. Hidratos de carbono: 64,1 g. Azúcares: 19,6 g. Proteínas: 29,0 g. Sal: 3,4 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 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Paella de marisco 	Potaje de garbanzos con verduras 	Espirales de colores con atún 	Crema de calabaza 	Lentejas con zanahoria y cebolla 
Hamburguesa de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria 	Estofado de magro de cerdo a la jardinera (guisante, patata, zanahoria, pimienta) 	Varitas de merluza rebozadas con ensalada de lechuga y maíz 	Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria 	Abadejo en salsa de tomate con champiñón salteado 
Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca
<small>Energía: 714 kcal. Lípidos: 37,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g. Hidratos de carbono: 58,0 g. Azúcares: 18,1 g. Proteínas: 32,5 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 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela 	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) 	Patatas guisadas con chorizo 	Crema de zanahoria 	Potaje de alubias con verduras 
Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) Zanahorias salteadas 	Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria 	Paella de magro con pimiento, guisante y tomate 	Merluza al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca
<small>Energía: 591 kcal. Lípidos: 24,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,5 g. Hidratos de carbono: 57,1 g. Azúcares: 19,3 g. Proteínas: 28,6 g. Sal: 2,9 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 31	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Espirales con tomate gratinadas 				
Abadejo a la plancha Ensalada de lechuga y olivas 				
Fruta fresca				
<small>Energía: 101 kcal. Lípidos: 3,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 0,7 g. Hidratos de carbono: 12,0 g. Azúcares: 3,4 g. Proteínas: 4,7 g. Sal: 0,5 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 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
<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>				

En todos los menus se incluye Agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.