

Septiembre

JUEVES 01		VIERNES 02			
LUNES 05		MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
<p>Arroz blanco con salsa de tomate Filete a la plancha con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta Agua y pan</p>	<p>Salmorejo (para mayores) Sopa de picadillo (para pequeños) Tortilla de patata con zanahoria baby Helado Agua y pan</p>	<p>Potaje de alubias blancas al estilo casero Pinchitos de pollo con tomate aliñado Fruta Agua y pan</p>	<p>Sopa de fideos Filete al horno con ensalada multicolor (lechuga, tomate, zanahoria) Fruta Agua y pan</p>	<p>Sopa casera de verduras con pasta Hamburguesa casera de ternera en salsa con patatas Fruta Agua y pan</p>	
<p>Espaguetis salteados con gambas Filete plancha con guarnición vegetal Fruta Agua y pan</p>	<p>Lentejas guisadas con cebolla, zanahoria y patata Alitas de pollo fritas con ensalada Helado Agua y pan</p>	<p>Sopa de cocido con estrellas Fricando con patatas Fruta Agua y pan</p>	<p>Arroz a la jardinera con York, zanahoria, guisantes y pimientos Filete en salsa Fruta Agua y pan</p>	<p>Puré de calabacín, puerro y patata Huevos cocidos con salchichas Fruta Agua y pan</p>	
<p>Potaje de garbanzos con chorizo Filete a la andaluza con ensalada de tomate y zanahoria Fruta Agua y pan</p>	<p>Paella mixta con calamar, pollo, guisantes y pimiento Carne de ternera en salsa con ensalada de olivas, lechuga y zanahoria Flan de huevo Agua y pan</p>	<p>Crema de verduras Huevos revueltos con champiñones Fruta Agua y pan</p>	<p>Espirales gratinados con tomate y queso Filete plancha con guarnición vegetal Fruta Agua y pan</p>	<p>Sopa de picadillo Pollo asado a la naranja con patatas panadera Fruta Agua y pan</p>	

Energía: 587 Kcal, Lípidos: 20.2 g, AGS: 1.9 g, Hidratos de Carbono: 83.4 g, Azúcares: 13.5 g, Proteínas: 17.9 g, Sal: 1.5 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años con recomendación de 1742Kcal/día.
Energía: 746 Kcal, Lípidos: 27.1 g, AGS: 3.0 g, Hidratos de Carbono: 104.7 g, Azúcares: 18.3 g, Proteínas: 20.9 g, Sal: 1.5 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años con recomendación de 2279Kcal/día.
Energía: 1044 Kcal, Lípidos: 36.2 g, AGS: 3.7 g, Hidratos de Carbono: 150.0 g, Azúcares: 25.3 g, Proteínas: 29.7 g, Sal: 1.5 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años con recomendación de 3152Kcal/día.

Energía: 608 Kcal, Lípidos: 21.2 g, AGS: 2.1 g, Hidratos de Carbono: 85.7 g, Azúcares: 15.0 g, Proteínas: 18.6 g, Sal: 1.8 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años con recomendación de 1742Kcal/día.
Energía: 725 Kcal, Lípidos: 25.3 g, AGS: 2.7 g, Hidratos de Carbono: 99.8 g, Azúcares: 17.8 g, Proteínas: 24.7 g, Sal: 1.8 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años con recomendación de 2279Kcal/día.
Energía: 1008 Kcal, Lípidos: 35.2 g, AGS: 4.0 g, Hidratos de Carbono: 142.3 g, Azúcares: 23.9 g, Proteínas: 30.6 g, Sal: 1.6 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años con recomendación de 3152Kcal/día.

Energía: 600 Kcal, Lípidos: 21.3 g, AGS: 1.8 g, Hidratos de Carbono: 84.9 g, Azúcares: 14.6 g, Proteínas: 17.2 g, Sal: 1.6 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años con recomendación de 1742Kcal/día.
Energía: 785 Kcal, Lípidos: 27.8 g, AGS: 2.4 g, Hidratos de Carbono: 110.3 g, Azúcares: 19.6 g, Proteínas: 23.5 g, Sal: 1.6 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años con recomendación de 2279Kcal/día.
Energía: 1068 Kcal, Lípidos: 36.4 g, AGS: 3.9 g, Hidratos de Carbono: 150.3 g, Azúcares: 24.7 g, Proteínas: 34.8 g, Sal: 1.6 mg. Valoración calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años con recomendación de 3152Kcal/día.