







































LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Arroz mixto con pollo Lomo a la plancha con ensalada de tomate y zanahoria Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Lentejas al estilo casero con patata, cebolla y zanahoria Huevo cocido jamón York</p> <p> Yogur </p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Potaje de alubias blancas al estilo casero Hamburguesa casera de ternera en salsa con champiñones</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Crema de zanahorias Jamoncitos de pollo asado al limón con patatas panadera</p> <p> Fruta </p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Espaguetis gratinados con queso y salsa de tomate</p> <p> Tortilla francesa con queso</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>
<p>Energía: 592 Kcal, Lípidos: 20.9 g, AGS: 2.1 g, Hidratos de Carbono: 85.4 g, Azúcares: 14.3 g, Proteínas: 15.6 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 779 Kcal, Lípidos: 26.3 g, AGS: 2.9 g, Hidratos de Carbono: 110.0 g, Azúcares: 19.4 g, Proteínas: 25.6 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1061 Kcal, Lípidos: 37.8 g, AGS: 3.9 g, Hidratos de Carbono: 150.2 g, Azúcares: 24.4 g, Proteínas: 30.2 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>				

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO

LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>Arroz blanco con salsa de tomate Pechuga de pavo a la plancha/ horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Estofado de cerdo Pechuga de pollo con menestra</p> <p> Yogur </p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Puré de patata, calabacín y puerro Filete de cabezada en salsa hortelana con champiñones</p> <p> Fruta </p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Lentejas guisadas con zanahoria, cebolla y calabacín Pollo a la naranja con champiñones y lechuga</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Espaguetis a la boloñesa Huevos cocidos con salchichas</p> <p> Fruta </p> <p>Agua y Pan </p>
<p>Energía: 580 Kcal, Lípidos: 20.0 g, AGS: 2.0 g, Hidratos de Carbono: 81.6 g, Azúcares: 14.4 g, Proteínas: 18.6 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 798 Kcal, Lípidos: 27.8 g, AGS: 3.0 g, Hidratos de Carbono: 112.3 g, Azúcares: 18.6 g, Proteínas: 24.7 g, Sal: 1.6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 988 Kcal, Lípidos: 34.7 g, AGS: 4.0 g, Hidratos de Carbono: 140.1 g, Azúcares: 27.1 g, Proteínas: 28.9 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>				

LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Lentejas estilo casero Filete de lomo a la plancha/ horno con ensalada</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Sopa de cocido con estrellitas Ternera en salsa con patatas fritas</p> <p> Yogur  Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Garbanzos al estilo casero Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteados</p> <p> Yogur </p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Arroz a la milanesa Filete de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p> Fruta</p> <p>Agua y Pan </p>	<p>Cazuela de fideos con carne y verduras Tortilla de patata con tomate frito</p> <p> Fruta </p> <p>Agua y Pan </p>
<p>Energía: 610 Kcal, Lípidos: 22.2 g, AGS: 2.0 g, Hidratos de Carbono: 85.9 g, Azúcares: 14.4 g, Proteínas: 16.8 g, Sal: 1.7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 798 Kcal, Lípidos: 26.8 g, AGS: 3.0 g, Hidratos de Carbono: 112.3 g, Azúcares: 17.9 g, Proteínas: 26.6 g, Sal: 1.8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 874 Kcal, Lípidos: 30.2 g, AGS: 3.7 g, Hidratos de Carbono: 123.8 g, Azúcares: 24.9 g, Proteínas: 28.9 g, Sal: 1.8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>				