
























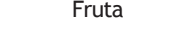


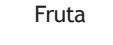



		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		<p>Macarrones con tomate</p>  <p>Filete de pescado a la plancha con ensalada de lechuga y tomate</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Potaje de judías</p>  <p>Carne a la plancha con champiñón</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Puré de zanahoria y patata</p>  <p>Tortilla francesa con tomate</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>














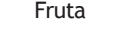

Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21,9g. AGS: 2,1g. Hidratos de Carbono: 84,7g. Azúcares: 13,7g. Proteínas: 16,9g. Sal: 1,8mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Kcal/día  
Energía: 751 Kcal. Lípidos: 26,9g. AGS: 2,9g. Hidratos de Carbono: 107,4g. Azúcares: 19,2g. Proteínas: 19,9g. Sal: 1,8mg. • 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: 907 Kcal. Lípidos: 31,1g. AGS: 3,7g. Hidratos de Carbono: 129,5g. Azúcares: 26,3g. Proteínas: 27,3g. Sal: 1,8mg. • 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

LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p>  <p>Filete de pescado a la plancha con ensalada de tomate y maíz</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Garbanzos guisados con pimiento y cebolla</p>  <p>Filetes de jamón de cerdo a la plancha con pimientos verdes fritos</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Macarrones a la napolitana</p>  <p>Merluza a la plancha con ensalada de pepino y zanahoria</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Estofado de ternera con patatas</p>  <p>Tacos de cazón en adobo</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Sopa casera de pescado con estrellitas</p>  <p>Tortilla de atún con ensalada</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>







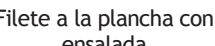








Energía: 591 Kcal. Lípidos: 19,9g. AGS: 1,8g. Hidratos de Carbono: 82,9g. Azúcares: 13,4g. Proteínas: 20,1g. Sal: 1,5mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día  
Energía: 773 Kcal. Lípidos: 26,3g. AGS: 3,0g. Hidratos de Carbono: 109,6g. Azúcares: 18,3g. Proteínas: 24,7g. Sal: 1,8mg. • 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: 924 Kcal. Lípidos: 32,3g. AGS: 3,9g. Hidratos de Carbono: 132,5g. Azúcares: 23,9g. Proteínas: 25,9g. Sal: 1,5mg. • 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

LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
<p>Tallarines con verduras</p>  <p>Merluza a la plancha con champiñón</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Puré de verdura</p>  <p>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Lentejas guisadas con cebolla</p>  <p>Huevos cocidos con tomate aliñado</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Sopa de cocido</p>  <p>Jamoncitos de pollo con guarnición vegetal</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Paella de pescado</p>  <p>Merluza al horno con pisto</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>

Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21,1g. AGS: 1,9g. Hidratos de Carbono: 86,1g. Azúcares: 14,2g. Proteínas: 17,1g. Sal: 1,7mg. • 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: 27,4g. AGS: 2,7g. Hidratos de Carbono: 110,9g. Azúcares: 18,6g. Proteínas: 22,3g. Sal: 1,5mg. • 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: 847 Kcal. Lípidos: 29,5g. AGS: 4,0g. Hidratos de Carbono: 120,9g. Azúcares: 24,6g. Proteínas: 24,7g. Sal: 1,7mg. • 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

LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
<p>Puré de zanahoria y calabacín</p>  <p>Filete a la plancha con ensalada de tomate, lechuga y maíz</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Lentejas al estilo casero</p>  <p>Huevos cocidos con ensalada</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Arroz a la milanesa</p>  <p>Boquerones a la plancha con ensalada</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Sopa de cocido</p>  <p>Hamburguesa casera de ternera a la plancha con champiñones</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Tallarines con tomate</p>  <p>Merluza al horno con cebolla y calabacín</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>

Energía: 610 Kcal. Lípidos: 21,0g. AGS: 2,3g. Hidratos de Carbono: 86,1g. Azúcares: 14,5g. Proteínas: 19,3g. Sal: 1,6mg. • 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: 780 Kcal. Lípidos: 27,5g. AGS: 2,9g. Hidratos de Carbono: 110,9g. Azúcares: 18,6g. Proteínas: 22,3g. Sal: 1,5mg. • 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: 999 Kcal. Lípidos: 34,9g. AGS: 3,9g. Hidratos de Carbono: 141,1g. Azúcares: 25,6g. Proteínas: 30,2g. Sal: 1,6mg. • 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

LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
<p>Espirales de colores con tomate</p>  <p>Huevos revueltos con champiñones</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Sopa de ave</p>  <p>Ternera a la plancha con guarnición vegetal</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Arroz salteado</p>  <p>Filete a la plancha con ensalada</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Lentejas estofadas con zanahoria y cebolla</p>  <p>Lomo con zanahoria Baby</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>	<p>Fideuá de marisco</p>  <p>Merluza a la plancha/horno con guarnición vegetal</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p>

Energía: 598 Kcal. Lípidos: 20,6g. AGS: 1,9g. Hidratos de Carbono: 82,9g. Azúcares: 13,9g. Proteínas: 20,3g. Sal: 1,6mg. • 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: 750 Kcal. Lípidos: 26,9g. AGS: 3,0g. Hidratos de Carbono: 104,7g. Azúcares: 17,2g. Proteínas: 22,3g. Sal: 1,6mg. • 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: 879 Kcal. Lípidos: 31,2g. AGS: 3,7g. Hidratos de Carbono: 120,3g. Azúcares: 23,8g. Proteínas: 29,3g. Sal: 1,6mg. • 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