
























# Marzo

MIÉRCOLES 1		JUEVES 2		VIERNES 3	
		Macarrones gratinados con queso  Filete de carne a la plancha con ensalada de lechuga y tomate  Yogur  Agua y Pan	Potaje de judías  Carne en salsa con champiñón  Fruta  Agua y Pan	Puré de zanahoria y patata  Tortilla de patata con tomate  Fruta  Agua y Pan	
















Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21.9g. AGS: 2.1 g. Hidratos de Carbono: 84.7 g. Azúcares: 13.7 g. Proteínas: 16.9 g. Sal: 1.8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día  
 Energía: 751 Kcal. Lípidos: 26.9 g. AGS: 2.9g. Hidratos de Carbono: 107.4 g. Azúcares: 19.2 g. Proteínas: 19.9 g. Sal: 1.8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día  
 Energía: 907 Kcal. Lípidos: 31.1 g. AGS: 3.7 g. Hidratos de Carbono: 129.5g. Azúcares: 26.3 g. Proteínas: 27.3 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

LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10	
Arroz blanco con salsa de tomate Filete de carne con ensalada de tomate y maíz  Fruta  Agua y Pan		Garbanzos guisados con pimiento y cebolla Filetes de jamón de cerdo a la plancha con pimientos verdes fritos Fruta  Agua y Pan		Macarrones a la napolitana  Tortilla francesa con ensalada de pepino y zanahoria  Yogur  Agua y Pan		Estofado de ternera con patatas  Filete de carne con guarnición vegetal  Fruta  Agua y Pan		Sopa casera de ave con estrellitas  Tortilla de queso con ensalada  Fruta  Agua y Pan	













Energía: 591 Kcal. Lípidos: 19.9 g. AGS: 1.8 g. Hidratos de Carbono: 82.9 g. Azúcares: 13.4 g. Proteínas: 20.1 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: 773 Kcal. Lípidos: 26.3 g. AGS: 3.0 g. Hidratos de Carbono: 109.6g. Azúcares: 18.3 g. Proteínas: 24.7 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: 924 Kcal. Lípidos: 32.3 g. AGS: 3.9 g. Hidratos de Carbono: 132.5g. Azúcares: 23.9 g. Proteínas: 25.9 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

LUNES 13		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17	
Tallarines a la carbonara  Filete de carne a la plancha con salsa de champiñón  Fruta  Agua y Pan		Puré de verdura  Nuggets de pollo con ensalada  Natillas  Agua y Pan		Lentejas guisadas con cebolla Huevos cocidos con tomate aliñado  Fruta  Agua y Pan		Sopa de cocido  Jamoncitos de pollo con patatas  Fruta  Agua y Pan		Arroz con tomate Filete de carne con pisto  Fruta  Agua y Pan	

Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21.1 g. AGS: 1.9 g. Hidratos de Carbono: 86.2g. Azúcares: 14.2 g. Proteínas: 17.1 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: 779 Kcal. Lípidos: 27.4 g. AGS: 2.7g. Hidratos de Carbono: 110.9 g. Azúcares: 18.2 g. Proteínas: 22.8 g. Sal: 1.7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día  
 Energía: 847 Kcal. Lípidos: 29.5 g. AGS: 4.0 g. Hidratos de Carbono: 120.9 g. Azúcares: 24.6 g. Proteínas: 24.7 g. Sal: 1.7 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

LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24	
Puré de zanahoria y calabacín con costrones  Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de tomate, lechuga y maíz  Fruta  Agua y Pan		Lentejas al estilo casero  Huevos cocidos con ensalada  Yogur  Agua y Pan		Arroz a la milanesa  Filete de carne a la andaluza con ensalada  Yogur  Agua y Pan		Sopa de cocido  Hamburguesa casera de ternera en salsa con champiñones  Fruta  Agua y Pan		Tallarines con tomate y queso  Filete de carne con cebolla y calabacín  Fruta  Agua y Pan	

Energía: 610 Kcal. Lípidos: 21.0 g. AGS: 2.3 g. Hidratos de Carbono: 86.1 g. Azúcares: 14.5 g. Proteínas: 19.3 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: 780 Kcal. Lípidos: 27.4 g. AGS: 2.9 g. Hidratos de Carbono: 110.9 g. Azúcares: 18.2 g. Proteínas: 22.3 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: 999 Kcal. Lípidos: 34.9 g. AGS: 3.9 g. 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	
Espirales de colores gratinados con queso  Huevos revueltos con champiñones  Fruta  Agua y Pan		Sopa de ave  Filete de ternera con patatas fritas  Yogur  Agua y Pan		Arroz salteado  San Jacobos con ensalada  Fruta  Agua y Pan		Lentejas estofadas con zanahoria y cebolla  Lomo con zanahoria Baby  Fruta  Agua y Pan		Verduras del tiempo Filete de carne con guarnición vegetal  Fruta  Agua y Pan	

Energía: 598 Kcal. Lípidos: 20.6 g. AGS: 1.9 g. Hidratos de Carbono: 82.9 g. Azúcares: 13.9 g. Proteínas: 20.3g. Sal: 1.6 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: 750 Kcal. Lípidos: 26.9 g. AGS: 3.0g. Hidratos de Carbono: 104.7 g. Azúcares: 17.2 g. Proteínas: 22.3g. 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: 879 Kcal. Lípidos: 31.2g. AGS: 3.7g. Hidratos de Carbono: 120.3 g. Azúcares: 23.8 g. Proteínas: 29.3g. Sal: 1.6 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