












LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Arroz mixto con pollo Calamar a la plancha/ horno con ensalada de tomate y zanahoria</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Lentejas al estilo casero con patata, cebolla y zanahoria Huevo cocido jamón York</p>  <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</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 apto celiaco</p>	<p>Crema de zanahorias Jamonicos de pollo asado al limón con patatas panadera</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Espaguetis gratinados con queso y salsa de tomate</p>  <p>Merluza en salsa de piña con gambas</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</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

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 apto celiaco</p>	<p>Estofado de cerdo Merluza al horno con menestra</p>  <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Puré de patata, calabacín y puerro Filete de cabezada en salsa hortelana con champiñones</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</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 apto celiaco</p>	<p>Espaguetis a la boloñesa Huevos cocidos con salchichas</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</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.

LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Lentejas estilo casero Merluza en salsa con guisantes y espárragos</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Sopa de cocido con estrellitas Ternera en salsa con patatas fritas</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Garbanzos al estilo casero Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteados</p>  <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Arroz a la milanesa Pescado a la plancha/ horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Cazuela de fideos Tortilla de patata con tomate frito</p>  <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>

Energía: 610 Kcal. Lípidos: 22,2 g. AGS: 2,0 g. Hidratos de Carbono: 85,9 g. Azúcares: 14,6 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: 26,9 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.