

LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
			Macarrones a la italiana 	Menestra de verduras con patata dado 
			Cabezada de cerdo en salsa española con lechuga 	Tortilla de patata casera con ensalada de tomate 
			Fruta fresca	Yogur de sabores 
<small>Energía: 916 kcal. Lípidos: 44,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 11,5 g. Hidratos de carbono: 87,3 g. Azúcares: 20,5 g. Proteínas: 37,0 g. Sal: 3,0 g. . . . Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Arroz con pollo 	Judías verdes con patata 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria y cebolla 	Espirales de colores con tomate (*) 
Pechuga de pollo a la plancha con lechuga 	Merluza a la andaluza con ensalada de tomate 	Huevos revueltos con jamón York y lechuga 	Muslo de pollo asado en su jugo con champiñón 	Filete de limanda empanada con lechuga 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 756 kcal. Lípidos: 31,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,5 g. Hidratos de carbono: 77,9 g. Azúcares: 18,6 g. Proteínas: 34,1 g. Sal: 2,5 g. . . . Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Puré de verduras 	Paella de magro con verduras 	Garbanzos con chorizo 	Brócoli al estilo casero 	Macarrones a la napolitana 
Filete de cabezada al chilindrón (tomate, pimientos rojos) 	Jamoncito de pollo al chilindrón 	Tortilla de patata 	Pechuga de pollo a la plancha con pimientos al horno 	Bacalao rebozado con huevo y harina con lechuga 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 943 kcal. Lípidos: 45,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,5 g. Hidratos de carbono: 88,1 g. Azúcares: 20,4 g. Proteínas: 39,3 g. Sal: 3,5 g. . . . Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz integral con verduras frescas (tomate, berenjena y calabacín) 	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo 	Judías verdes con patata 	Sopa de pollo con fideos 	Macarrones con tomate 
Varitas de merluza empanadas con ensalada 	Muslo de pollo al horno con lechuga 	Hamburguesa casera de cerdo en salsa de tomate 	Nuggets de pollo al horno con lechuga 	Tortilla francesa con York y queso 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Natillas de vainilla 
<small>Energía: 1.157 kcal. Lípidos: 69,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 12,7 g. Hidratos de carbono: 92,0 g. Azúcares: 22,8 g. Proteínas: 36,6 g. Sal: 5,0 g. . . . Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
<small>Energía: . . . Lípidos: . . . Ácidos Grasos Saturados: . . . Hidratos de carbono: . . . Azúcares: . . . Proteínas: . . . Sal: Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
Los menús incluyen agua y pan o pan integral.				