

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Arroz con tomate frito	Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla	Macarrones a la boloñesa (tomate, carne picada)	Judías verdes con salsa de tomate	Judías blancas con oreja de cerdo
Salchichas de Frankfurt con ensalada de lechuga y tomate	Tortilla de patata con lechuga y mahonesa	Rodaja de merluza rebozada con rodaja de tomate natural	Estofado de pavo en salsa hortelana (zanahoria, guisante, cebolla)	Jamón York y loncha de queso con lechuga
Fruta	Natillas de vainilla	Fruta	Gelatina	Actimel
Energía: 652 kcal. Lípidos: 32,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,5 g. Hidratos de carbono: 54,2 g. Azúcares: 19,2 g. Proteínas: 31,9 g. Sal: 3,4 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Patatas a la riojana	Brócoli con bacon	Sopa de cocido	Espaguetis a la italiana (cebolla, zanahoria, tomate)	Crema de calabaza
Filete de limanda rebozada con ensalada de lechuga y maíz	San Jacobo empanado con tomate natural	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) con lechuga y mahonesa	Halibut al horno con champiñón salteado	Jamonicos de pollo asado con patatas fritas
Fruta fresca	Yogur de sabores	Fruta	Yogur de sabores	Fruta
Energía: 757 kcal. Lípidos: 45,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,2 g. Hidratos de carbono: 55,4 g. Azúcares: 19,7 g. Proteínas: 28,7 g. Sal: 1,8 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Paella de pollo y verduras (guisantes, judía verde, pimiento)	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo	Menestra de verduras	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Pasta de caracol con tomate
Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz	Tortilla de patata con tomate natural	Albóndigas caseras mixtas en salsa jardinera (zanahoria, cebolla, guisantes) con tomate natural	Colitas de rape en salsa marinera con rodaja de tomate natural	Carrilleras de cerdo guisadas con rodaja de tomate natural
Fruta	Yogur de sabores	Fruta fresca	Natillas de vainilla	Fruta
Energía: 668 kcal. Lípidos: 32,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,0 g. Hidratos de carbono: 59,4 g. Azúcares: 20,7 g. Proteínas: 29,3 g. Sal: 3,0 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				

En todos los menus se incluye Agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.