

LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
			Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo
			Arroz blanco con tomate	Hervido valenciano
			Longanizas	Pechuga de pollo empanada con guarnición
			Fruta	Fruta
<small>Energía: 941 kcal · Lípidos: 73,7 g · Ácidos Grasos Saturados: 12,9 g · Hidratos de carbono: 45,8 g · Azúcares: 14,8 g · Proteínas: 20,9 g · Sal: 3,2 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.404 kcal · Lípidos: 114,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 20,3 g · Hidratos de carbono: 58,2 g · Azúcares: 20,0 g · Proteínas: 32,2 g · Sal: 4,4 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. Energía: 1.932 kcal · Lípidos: 158,8 g · Ácidos Grasos Saturados: 28,0 g · Hidratos de carbono: 77,0 g · Azúcares: 24,1 g · Proteínas: 44,1 g · Sal: 6,2 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 14-18 años con recomendaciones de 3.152 Kcal/día.</small>				
LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y atún	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Tomate con queso fresco y orégano	Ensalada de lechuga, tomate y olivas
Crema de verduras	Garbanzos estofados	Sopa casera de ave con fideos	Espaguetis a la boloñesa	Arroz al horno
Albóndigas en salsa de tomate	Tortilla de patata con loncha de jamón York	Pollo asado en su jugo con verduras salteadas	Merluza a la vasca con guisantes	Croquetas variadas con brotes de soja
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores
<small>Energía: 714 kcal · Lípidos: 43,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 8,6 g · Hidratos de carbono: 54,0 g · Azúcares: 16,5 g · Proteínas: 23,2 g · Sal: 2,6 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 854 kcal · Lípidos: 51,1 g · Ácidos Grasos Saturados: 10,9 g · Hidratos de carbono: 65,2 g · Azúcares: 20,8 g · Proteínas: 28,6 g · Sal: 3,2 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. Energía: 1.134 kcal · Lípidos: 67,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 14,4 g · Hidratos de carbono: 78,9 g · Azúcares: 24,9 g · Proteínas: 40,6 g · Sal: 3,6 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 14-18 años con recomendaciones de 3.152 Kcal/día.</small>				
LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de tomate con atún y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y cebolla	Ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo	Ensalada de lechuga, tomate y atún
Arroz caldoso con pelota	Lentejas maravilla	Hervido valenciano	Potaje de garbanzos	Pasta a la italiana
Rabas de calamar	Lomo a la riojana	Hamburguesa a la plancha con patatas fritas	Tortilla de patata con fiambre	Pollo asado al limón con champiñón salteado
Fruta	Fruta	Fruta	Natillas de vainilla	Fruta
<small>Energía: 626 kcal · Lípidos: 36,2 g · Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g · Hidratos de carbono: 49,0 g · Azúcares: 16,6 g · Proteínas: 22,4 g · Sal: 2,1 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 815 kcal · Lípidos: 47,6 g · Ácidos Grasos Saturados: 10,4 g · Hidratos de carbono: 62,2 g · Azúcares: 21,1 g · Proteínas: 29,8 g · Sal: 2,6 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. Energía: 1.110 kcal · Lípidos: 67,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 14,4 g · Hidratos de carbono: 78,9 g · Azúcares: 24,9 g · Proteínas: 40,6 g · Sal: 3,6 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 14-18 años con recomendaciones de 3.152 Kcal/día.</small>				
LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y atún	Ensalada de lechuga, tomate y espárragos	Ensalada de lechuga y aceitunas	Ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo
Fideuá	Judías verdes al estilo casero	Sopa casera de ave	Lentejas al estilo casero	Arroz con pollo y verduras
Merluza en salsa alicantina con guisantes	Muslo de pollo asado en su jugo con guarnición	Guisado de ternera con Verduras	Tortilla de patata con jamón York y queso	Figuritas de pescado con brotes de soja
Fruta	Fruta	Fruta	Flan	Fruta
<small>Energía: 654 kcal · Lípidos: 39,0 g · Ácidos Grasos Saturados: 6,3 g · Hidratos de carbono: 49,0 g · Azúcares: 17,1 g · Proteínas: 23,2 g · Sal: 2,2 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 783 kcal · Lípidos: 44,8 g · Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g · Hidratos de carbono: 60,6 g · Azúcares: 21,5 g · Proteínas: 29,9 g · Sal: 2,8 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. Energía: 1.013 kcal · Lípidos: 59,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 9,8 g · Hidratos de carbono: 74,7 g · Azúcares: 24,9 g · Proteínas: 39,3 g · Sal: 3,8 g · - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 14-18 años con recomendaciones de 3.152 Kcal/día.</small>				
LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
<small>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 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. 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. 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 14-18 años con recomendaciones de 3.152 Kcal/día.</small>				
<p align="center">En todos los menus se incluye Agua y pan.</p>				