

LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
		Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y huevo
		Arroz caldoso con Verduras	Crema de calabacín con costrones	Lentejas a la castellana
		Fiambre variado	Filete de pechuga de pollo con guarnición	Tortilla de jamón York con Verduras
		Fruta	Fruta	Natillas de vainilla
<p>Energía: 639 kcal. Lípidos: 31,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g. Hidratos de carbono: 56,7 g. Azúcares: 18,6 g. Proteínas: 27,9 g. Sal: 3,3 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. Energía: 792 kcal. Lípidos: 39,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,7 g. Hidratos de carbono: 66,0 g. Azúcares: 23,1 g. Proteínas: 38,3 g. Sal: 4,1 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. Energía: 1.071 kcal. Lípidos: 58,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 13,5 g. Hidratos de carbono: 81,9 g. Azúcares: 26,1 g. Proteínas: 49,1 g. Sal: 5,4 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.</p>				
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y jamón York	Ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo	Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco con atún	Ensalada de lechuga, tomate y huevo
Hervido valenciano	Garbanzos al estilo casero	Espaguetis a la carbonara	Sopa casera de ave	Arroz con tomate
Albóndigas en salsa de tomate con guisantes	San marino casero de merluza con champiñón	Tortilla francesa con brotes de soja	Pollo al horno con judías verdes saltadas	Lomo de cerdo asado con verduras saltadas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Helado
<p>Energía: 595 kcal. Lípidos: 35,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,9 g. Hidratos de carbono: 47,7 g. Azúcares: 19,2 g. Proteínas: 18,6 g. Sal: 2,2 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. Energía: 736 kcal. Lípidos: 45,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 12,6 g. Hidratos de carbono: 58,4 g. Azúcares: 23,9 g. Proteínas: 24,6 g. Sal: 2,7 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. Energía: 1.044 kcal. Lípidos: 45,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 17,3 g. Hidratos de carbono: 73,9 g. Azúcares: 27,9 g. Proteínas: 33,4 g. Sal: 3,9 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.</p>				
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Ensalada de verano	Ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo	Ensalada de lechuga, tomate y huevo	Ensalada de lechuga y olivas con queso fresco
Pasta a la boloñesa	Garbanzos al estilo casero	Crema de verduras con costrones	Alubias blancas estofadas con zanahoria y cebolla	Arroz al horno
Jamón de pollo asado en salsa jardinera	Rodaja de merluza rebozada con champiñón salteado	Tortilla de patata con queso	Longanizas en salsa de tomate	Albóndigas de bacalao con verduras saltadas
Fruta	Yogur de sabores	Fruta	Fruta	Fruta
<p>Energía: 678 kcal. Lípidos: 39,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g. Hidratos de carbono: 51,4 g. Azúcares: 16,3 g. Proteínas: 23,9 g. Sal: 2,9 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. Energía: 886 kcal. Lípidos: 53,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 10,8 g. Hidratos de carbono: 64,2 g. Azúcares: 20,7 g. Proteínas: 30,5 g. Sal: 3,7 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. Energía: 1.202 kcal. Lípidos: 76,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 15,2 g. Hidratos de carbono: 80,2 g. Azúcares: 24,1 g. Proteínas: 40,9 g. Sal: 5,2 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.</p>				
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 1
Ensalada de lechuga, tomate y olivas con atún	Ensalada de lechuga, tomate y jamón York	Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	
Lentejas a la jardinera	Macarrones a la milanesa	Entremeses	Hervido valenciano	
Filete de cabezada rebozado con champiñón y calabacín	Pechuga de pollo en salsa española con guisantes salteados	Arroz con pollo y verduritas	Tortilla de patata con brotes de soja	
Fruta	Fruta	Fruta	Flan	
<p>Energía: 570 kcal. Lípidos: 36,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g. Hidratos de carbono: 38,8 g. Azúcares: 13,6 g. Proteínas: 18,4 g. Sal: 1,7 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. Energía: 767 kcal. Lípidos: 50,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,7 g. Hidratos de carbono: 48,9 g. Azúcares: 16,8 g. Proteínas: 25,3 g. Sal: 2,2 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. Energía: 1.060 kcal. Lípidos: 73,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 13,8 g. Hidratos de carbono: 61,2 g. Azúcares: 19,6 g. Proteínas: 34,6 g. Sal: 3,1 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.</p>				
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<p>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. 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. 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.</p>				
<p>En todos los menus se incluye Agua y pan.</p>				