

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Judías verdes con patata 	Sopa de ajo 	Crema casera de calabacín (*)	Arroz con tomate 	Alubias blancas a la castellana con chorizo y bacon 
Jamoncito de pavo asado 	Cabezada de cerdo asada 	Escalopines de cerdo en salsa de laurel con patatas fritas 	Jamoncito de pavo asado con guisantes salteados 	Pechuga de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate 
Fruta/Lacteo 	Fruta/Lacteo 	Fruta/Lacteo 	Fruta/Lacteo 	Fruta/Lacteo 
<small>Energía: 645 kcal. Lípidos: 40,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g. Hidratos de carbono: 29,0 g. Azúcares: 2,0 g. Proteínas: 38,1 g. Sal: 1,7 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.</small>				
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones con tomate 	Menestra de verduras salteada con jamón 	Lentejas jardinera con zanahoria y cebolla 	Puré de verduras natural (judía verde, patata y zanahoria) 	Cocido completo 
Jamoncito de pavo asado con ensalada 	Alitas de pollo al horno con patatas fritas 	Pavo con patatas al horno 	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada 	
Fruta 	Fruta/Lacteo 	Fruta del tiempo	Fruta/Lacteo 	Fruta
<small>Energía: 580 kcal. Lípidos: 25,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g. Hidratos de carbono: 45,9 g. Azúcares: 13,4 g. Proteínas: 36,3 g. Sal: 2,7 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.</small>				
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Lentejas jardinera con zanahoria y cebolla 	Crema de calabaza y puerros 	Espaguetis con verduras 	Judías verdes rehogadas con bacon 	Arroz con tomate 
Jamoncito de pavo asado con ensalada de lechuga y tomate (*) 	Melosa de ternera estofada en salsa española con patatas dado con cebolla y zanahoria 	Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (*) 	Lomo adobado de cerdo a la plancha Patatas fritas 	Jamón York a la gallega con patatas al vapor 
Fruta 	Fruta/Lacteo 	Fruta	Fruta/Lacteo 	Fruta/Lacteo 
<small>Energía: 522 kcal. Lípidos: 25,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,2 g. Hidratos de carbono: 41,4 g. Azúcares: 9,6 g. Proteínas: 28,5 g. Sal: 1,6 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.</small>				
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Patatas guisadas con cebolla, ajo, zanahoria, puerro y chorizo 	Puré de calabacín casero 			
Jamoncitos de pollo al horno con ensalada 	Contramuslo de pollo asado con patatas fritas 			
Variado	Variado			
<small>Energía: 214 kcal. Lípidos: 13,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,3 g. Hidratos de carbono: 10,1 g. Azúcares: 2,0 g. Proteínas: 13,0 g. Sal: 1,1 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.</small>				
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
<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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				