

Mayo

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
FESTIVO	<p>Espaguetis con tomate</p>  <p>Salchichas Frankfurt al horno con ensalada</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Lentejas al estilo casero con patata, cebolla y zanahoria</p>  <p>Huevos duros con verduras salteadas</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Sopa de pollo</p>  <p>Ternera a la plancha con champiñones</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Paella mixta con pollo, calamar y pimiento</p>  <p>Taquitos de cazón a la plancha</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 

Energía: 595 Kcal, Lípidos: 20,1 g, AGS: 2,1 g, Hidratos de Carbono: 82,6 g, Azúcares: 14,6 g, Proteínas: 21,1 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 777 Kcal, Lípidos: 26,9 g, AGS: 2,8 g, Hidratos de Carbono: 110,3 g, Azúcares: 18,2 g, Proteínas: 23,6 g, Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 1094 Kcal, Lípidos: 37,8 g, AGS: 3,7 g, Hidratos de Carbono: 156,3 g, Azúcares: 25,9 g, Proteínas: 32,3 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
<p>Puré de calabacín, puerro y zanahoria</p>  <p>Pechuga a la plancha con ensalada de lechuga</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Cocido de garbanzos</p>  <p>Merluza a la plancha/ horno con pisto de calabacín</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Espirales de colores con tomate</p>  <p>Merluza a la plancha con tomate natural</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Arroz a la marinera con calamar y mejillón</p>  <p>Tortilla francesa con verduras</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Sopa casera de verduras con pollo y pasta</p>  <p>Lomo a la plancha con guarnición vegetal</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 

Energía: 600 Kcal, Lípidos: 20,1 g, AGS: 2,3 g, Hidratos de Carbono: 86,3 g, Azúcares: 14,9 g, Proteínas: 18,6 g, Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 755 Kcal, Lípidos: 26,5 g, AGS: 2,7 g, Hidratos de Carbono: 107,6 g, Azúcares: 17,9 g, Proteínas: 21,7 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 983 Kcal, Lípidos: 33,1 g, AGS: 3,9 g, Hidratos de Carbono: 140,1 g, Azúcares: 27,0 g, Proteínas: 31,4 g, Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
<p>Lentejas estofadas con zanahoria y cebolla</p>  <p>Huevos revueltos con champiñones</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Verdura del tiempo</p> <p>Ternera a la plancha con verdura de la huerta</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Espaguetis a la marinera</p>  <p>Pechuga a la plancha con lechuga y tomate natural</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Sopa casera de ave con estrellitas</p>  <p>Jamoncito de pollo asado con verduras asadas</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Paella mixta con pollo, calamar, guisantes y pimiento</p>  <p>Taquitos de aguja con ensalada</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 

Energía: 607 Kcal, Lípidos: 22,3 g, AGS: 1,9 g, Hidratos de Carbono: 84,3 g, Azúcares: 13,6 g, Proteínas: 17,4 g, Sal: 1,1 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 797 Kcal, Lípidos: 27,1 g, AGS: 3,0 g, Hidratos de Carbono: 110,9 g, Azúcares: 19,2 g, Proteínas: 20,9 g, Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 1021 Kcal, Lípidos: 36,9 g, AGS: 4,0 g, Hidratos de Carbono: 142,7 g, Azúcares: 23,9 g, Proteínas: 29,6 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<p>Macarrones boloñesa</p>  <p>Merluza a la plancha con salteado de verduras</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Garbanzos guisados con pimiento y cebolla</p>  <p>Cabezada de cerdo al ajillo con pimientos verdes plancha</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p>  <p>Pechuga de pavo a la plancha con ensalada multicolor (lechuga, tomate, zanahoria y maíz)</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Estofado de magro a la jardinera</p>  <p>Huevos duros con atún</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Sopa de marisco</p>  <p>Pechuga a la plancha con ensalada</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 

Energía: 609 Kcal, Lípidos: 21,1 g, AGS: 2,0 g, Hidratos de Carbono: 84,6 g, Azúcares: 13,0 g, Proteínas: 20,3 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 797 Kcal, Lípidos: 27,1 g, AGS: 3,0 g, Hidratos de Carbono: 110,9 g, Azúcares: 19,2 g, Proteínas: 20,9 g, Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 1050 Kcal, Lípidos: 35,6 g, AGS: 3,3 g, Hidratos de Carbono: 150,2 g, Azúcares: 26,1 g, Proteínas: 32,3 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
<p>Lentejas guisadas con cebolla, zanahorias y pimiento</p>  <p>Merluza a la plancha con lechuga y tomate natural</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Sopa de verduras</p>  <p>Salchichas Frankfurt con guarnición vegetal</p>  <p>Yogur desnatado</p>  <p>Agua y Pan</p> 	<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p>  <p>Merluza a la plancha con ensalada</p>  <p>Fruta</p>  <p>Agua y Pan</p> 		

Energía: 608 Kcal, Lípidos: 20,9 g, AGS: 1,8 g, Hidratos de Carbono: 87,1 g, Azúcares: 13,9 g, Proteínas: 17,9 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 748 Kcal, Lípidos: 26,4 g, AGS: 2,4 g, Hidratos de Carbono: 105,9 g, Azúcares: 18,4 g, Proteínas: 21,3 g, Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 1093 Kcal, Lípidos: 40,1 g, AGS: 3,6 g, Hidratos de Carbono: 153,6 g, Azúcares: 25,3 g, Proteínas: 29,6 g, Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

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