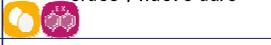


LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
				Sopa casera de cocido con fideos y garbanzos 
				Palometa en salsa de tomate con judías verdes salteadas 
				Fruta fresca
<small>Energía: 453 kcal · Lípidos: 16,5 g · Ácidos Grasos Saturados: 2,4 g · Hidratos de carbono: 46,5 g · Azúcares: 16,3 g · Proteínas: 26,4 g · Sal: 2,3 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 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Espirales con tomate gratinadas 	Crema de calabacín 	Patatas guisadas a la marinera 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 
Paella de marisco 	Merluza al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria 	Nuggets de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Tortilla francesa con guisantes salteados 	Magro con tomate Menestra de verduras 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 3.474 kcal · Lípidos: 101,4 g · Ácidos Grasos Saturados: 16,4 g · Hidratos de carbono: 511,2 g · Azúcares: 72,7 g · Proteínas: 99,0 g · Sal: 20,0 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.</small>				
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA
<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>				
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Cazuela de fideos 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Arroz blanco con tomate 	Lentejas con chorizo 	Crema de calabaza 
Flamenquines con ensalada de lechuga y maíz 	Macarrones a la carbonara 	Salchichas Frankfurt al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Revuelto de champiñón Zanahorias salteadas 	Abadejo en salsa de tomate con guisantes 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 704 kcal · Lípidos: 34,7 g · Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g · Hidratos de carbono: 62,0 g · Azúcares: 21,7 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.</small>				
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Lentejas con chorizo 	Crema de calabacín 	Patatas guisadas con verduras 	Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro 	Sopa de fideos y garbanzos 
Huevos cocidos con champiñón salteado 	Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Colas de rape rebozadas Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Paella de pollo, magro y verduras 	Merluza frita con guisantes 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 3.264 kcal · Lípidos: 85,6 g · Ácidos Grasos Saturados: 13,5 g · Hidratos de carbono: 497,6 g · Azúcares: 68,7 g · Proteínas: 96,4 g · Sal: 18,9 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>				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				