

MIÉRCOLES 1		JUEVES 2		VIERNES 3							
		<p>Macarrones gratinados con queso</p> <p>Filete de pescado a la plancha con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Potaje de judías</p> <p>Carne en salsa con champiñón</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Puré de zanahoria y patata</p> <p>Tortilla de patata con tomate</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>	<p>Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21.9g. AGS: 2.1 g. Hidratos de Carbono: 84.7 g. Azúcares: 13.7 g. Proteínas: 16.9 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</p> <p>Energía: 751 Kcal. Lípidos: 26.9 g. AGS: 2.9g. Hidratos de Carbono: 107.4 g. Azúcares: 19.2 g. Proteínas: 19.9 g. Sal: 1.8 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</p> <p>Energía: 907 Kcal. Lípidos: 31.1 g. AGS: 3.7 g. Hidratos de Carbono: 129.5g. Azúcares: 26.3 g. Proteínas: 27.3 g. Sal: 1.8mg. • 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</p>						
LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10			
<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Filete de pescado a la plancha/horno con ensalada de tomate y maíz</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Garbanzos guisados con pimiento y cebolla</p> <p>Filetes de jamón de cerdo a la plancha con pimientos verdes fritos</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Macarrones a la napolitana</p> <p>Merluza a la andaluza con ensalada de pepino y zanahoria</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Estofado de ternera con patatas</p> <p>Tacos de cazón en adobo</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Sopa casera de pescado con estrellitas</p> <p>Tortilla de atún con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Energía: 591 Kcal. Lípidos: 19.9 g. AGS: 1.8 g. Hidratos de Carbono: 82.9 g. Azúcares: 13.4 g. Proteínas: 20.1 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 1.742Kcal/día</p> <p>Energía: 773 Kcal. Lípidos: 26.3g. AGS: 3.0 g. Hidratos de Carbono: 109.6g. Azúcares: 18.3 g. Proteínas: 24.7 g. Sal: 1.8 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</p> <p>Energía: 924 Kcal. Lípidos: 32.3 g. AGS: 3.9 g. Hidratos de Carbono: 129.5g. Azúcares: 23.9 g. Proteínas: 25.9 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</p>	
LUNES 13		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17			
<p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Merluza a la plancha con salsa de champiñón</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Puré de verdura</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Lentejas guisadas con cebolla</p> <p>Huevos cocidos con tomate aliñado</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Sopa de cocido</p> <p>Jamoncitos de pollo con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Paella de pescado</p> <p>Merluza al horno con pisto</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Energía: 603 Kcal. Lípidos: 21.1 g. AGS: 1.9 g. Hidratos de Carbono: 86.2g. Azúcares: 14.2 g. Proteínas: 17.1g. Sal: 1.7mg. • 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</p> <p>Energía: 779 Kcal. Lípidos: 27.4 g. AGS: 2.9 g. Hidratos de Carbono: 110.9 g. Azúcares: 18.6 g. Proteínas: 22.3 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</p> <p>Energía: 847 Kcal. Lípidos: 29.5 g. AGS: 4.0 g. Hidratos de Carbono: 120.9 g. Azúcares: 24.6 g. Proteínas: 24.7 g. Sal: 1.7 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</p>	
LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24			
<p>Puré de zanahoria y calabacín</p> <p>Filete a la plancha con ensalada de tomate, lechuga y maíz</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Lentejas al estilo casero</p> <p>Huevos cocidos con ensalada</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Boquerones con ensalada</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Sopa de cocido</p> <p>Hamburguesa casera de ternera en salsa con champiñones</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Tallarines con tomate y queso</p> <p>Merluza al horno con cebolla y calabacín</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Energía: 610 Kcal. Lípidos: 21.0 g. AGS: 2.3 g. Hidratos de Carbono: 86.1 g. Azúcares: 14.5 g. Proteínas: 19.3 g. Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día</p> <p>Energía: 780 Kcal. Lípidos: 27.5 g. AGS: 2.9 g. Hidratos de Carbono: 110.9 g. Azúcares: 18.6 g. Proteínas: 22.3 g. Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día</p> <p>Energía: 999Kcal. Lípidos: 34.9 g. AGS: 3.9g. Hidratos de Carbono: 141.1g. Azúcares: 25.6g. Proteínas: 30.2g. Sal: 1.6mg. • 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</p>	
LUNES 27		MARTES 28		MIÉRCOLES 29		JUEVES 30		VIERNES 31			
<p>Espirales de colores gratinados con queso</p> <p>Huevos revueltos con champiñones</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Sopa de ave</p> <p>Ternera la plancha con patatas fritas</p> <p>Yogur apto celiaco</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Arroz salteado</p> <p>Filete a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Lentejas estofadas con zanahoria y cebolla</p> <p>Lomo con zanahoria Baby</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Fideuá de marisco</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Fruta</p> <p>Agua y Pan apto celiaco</p>		<p>Energía: 598Kcal. Lípidos: 20.6g. AGS: 1.9 g. Hidratos de Carbono: 82.9 g. Azúcares: 13.9 g. Proteínas: 20.3g. 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</p> <p>Energía: 750 Kcal. Lípidos: 26.9 g. AGS: 3.0g. Hidratos de Carbono: 104.7 g. Azúcares: 18.2 g. Proteínas: 22.3 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</p> <p>Energía: 879Kcal. Lípidos: 31.2g. AGS: 3.7 g. Hidratos de Carbono: 120.3 g. Azúcares: 23.8 g. Proteínas: 29.3 g. Sal: 1.6mg. • 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</p>	