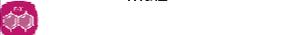


LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
FESTIVO	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Patatas guisadas a la marinera 	Crema de calabacín 	Sopa casera de cocido con fideos y garbanzos 
	Macarrones a la carbonara 	Tortilla francesa con guisantes salteados 	Nuggets de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Palometa en salsa de tomate con judías verdes salteadas 
	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 685 kcal. Lípidos: 42,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,7 g. Hidratos de carbono: 51,8 g. Azúcares: 17,5 g. Proteínas: 19,9 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.</small>				
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Crema de zanahoria 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Espirales con tomate gratinadas 	Lentejas con zanahoria y cebolla 
Tortilla de patata Ensalada (lechuga, zanahoria y cebolla) 	Magro con tomate Menestra de verduras 	Paella de marisco 	Colas de rape rebozadas Ensalada de lechuga y zanahoria 	Albóndigas de bacalao en salsa con champiñón salteado 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 570 kcal. Lípidos: 24,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,4 g. Hidratos de carbono: 56,5 g. Azúcares: 18,7 g. Proteínas: 24,9 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.</small>				
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Cazuela de fideos 	Alubias blancas estofadas con chorizo 	Patatas guisadas con merluza 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Crema de calabaza 
Hamburguesa casera mixta a la plancha con ensalada de lechuga y maíz 	San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz 	Revuelto de champiñón Zanahorias salteadas 	Paella con pollo 	Abadejo en salsa de tomate Zanahorias salteadas 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 830 kcal. Lípidos: 43,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 11,2 g. Hidratos de carbono: 60,8 g. Azúcares: 21,5 g. Proteínas: 47,4 g. Sal: 2,6 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.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Arroz blanco con tomate	Sopa de fideos y garbanzos 	Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro 	Crema de calabacín 	Lentejas con zanahoria y cebolla 
Salchichas Frankfurt al horno con patatas fritas 	Colas de rape rebozadas con judías verdes salteadas 	Macarrones a la boloñesa 	Jamonicitos de pollo al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Huevos cocidos Ensalada de lechuga y tomate 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores 	Fruta fresca
<small>Energía: 577 kcal. Lípidos: 26,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,1 g. Hidratos de carbono: 55,5 g. Azúcares: 17,5 g. Proteínas: 24,6 g. Sal: 2,3 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.</small>				
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Crema de zanahoria	Patatas guisadas con verduras 			
Merluza frita Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Magro de cerdo a la jardinera con zanahoria, guisantes y cebolla 			
Fruta fresca	Fruta fresca			
<small>Energía: 796 kcal. Lípidos: 57,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,7 g. Hidratos de carbono: 36,4 g. Azúcares: 20,6 g. Proteínas: 30,5 g. Sal: 2,3 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.</small>				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				