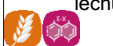
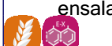


| LUNES 26 | MARTES 27 | MIÉRCOLES 28 | JUEVES 29 | VIERNES 30 |
|----------|-----------|--------------|-----------|------------|
|          |           |              |           |            |
|          |           |              |           |            |
|          |           |              |           |            |

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.

| LUNES 2                                                                                                              | MARTES 3                                                                                                                           | MIÉRCOLES 4                                                                                                                                                     | JUEVES 5                                                                                                                                         | VIERNES 6                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Macarrones con tomate<br>            | Alubias blancas estofadas con chorizo<br>         | Sopa casera de ave con pasta<br>                                               | Arroz blanco con tomate<br>                                   | Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro)<br> |
| Pollo asado al limón con ensalada<br> | Limanda empanada con rodaja de tomate natural<br> | Cabezada de cerdo asada en salsa española con ensalada de lechuga y tomate<br> | Merluza en salsa verde (ajo, cebolla, perejil) con lechuga<br> | Tortilla francesa con jamón York y lechuga<br>         |
| Fruta<br>                           | Fruta<br>                                         | Yogur de sabores<br>                                                           | Fruta<br>                                                       | Fruta<br>                                                |

Energía: 599 kcal . Lípidos: 31,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 49,8 g . Azúcares: 17,1 g . Proteínas: 26,2 g . Sal: 2,2 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.

| LUNES 9                                                                                                                              | MARTES 10                                                                                                             | MIÉRCOLES 11                                                                                                                                         | JUEVES 12                                                                                                                                                                  | VIERNES 13                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Judía verde con patata<br>                         | Espaguetis a la napolitana<br>     | Garbanzos al estilo casero con calabacín, zanahoria y cebolla<br> | Acelgas al estilo casero<br>                                                            | Arroz con frutos del mar<br>            |
| Contramuslo de pollo asado al limón con lechuga<br> | Tortilla de patata con lechuga<br> | Bacalao a la romana con ensalada de lechuga<br>                   | Filete de cabezada al chilindrón (tomate, pimientos rojos) con ensalada de lechuga<br> | Hamburguesa de calamar con ensalada<br> |
| Fruta<br>                                         | Fruta<br>                          | Yogur de sabores<br>                                              | Fruta<br>                                                                               | Fruta<br>                                 |

Energía: 717 kcal . Lípidos: 39,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g . Hidratos de carbono: 54,2 g . Azúcares: 17,9 g . Proteínas: 31,6 g . Sal: 2,4 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.

| LUNES 16                                                                                                                              | MARTES 17                                                                                                         | MIÉRCOLES 18                                                                                                                     | JUEVES 19                                                                                                                                 | VIERNES 20                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria<br> | Pasta con tomate<br>           | Alubias blancas estofadas<br>                 | Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro)<br> | Arroz con tomate frito<br>                    |
| Limanda a la romana con lechuga<br>                 | Pollo al horno con lechuga<br> | Varitas de merluza empanadas con ensalada<br> | Tortilla de patata con ensalada<br>                   | Salchichas de Frankfurt con patatas chips<br> |
| Fruta<br>                                          | Fruta<br>                      | Fruta<br>                                     | Fruta<br>                                              | Helado<br>                                    |

Energía: 740 kcal . Lípidos: 40,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g . Hidratos de carbono: 63,7 g . Azúcares: 19,8 g . Proteínas: 26,0 g . Sal: 3,5 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.

| LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
|----------|-----------|--------------|-----------|------------|
|          |           |              |           |            |
|          |           |              |           |            |
|          |           |              |           |            |

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.

Los menús incluyen agua y pan o pan integral.



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