

| LUNES 30 | MARTES 31 | MIÉRCOLES 1 | JUEVES 2 | VIERNES 3 |
|---|--|--|--|---|
| SEMANA SANTA | SEMANA SANTA | SEMANA SANTA | SEMANA SANTA | SEMANA SANTA |
| 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 6 | MARTES 7 | MIÉRCOLES 8 | JUEVES 9 | VIERNES 10 |
| SEMANA SANTA | Macarrones integrales con cebolla, tomate y oregano  | Judías verdes al estilo casero  | Arroz con gamba y calamar  | Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo  |
| | Nuggets de pollo con pimientos rojos  | Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria  | Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate  | Limanda en salsa verde con lechuga  |
| | Fruta  | Fruta  | Fruta  | Yogur  |
| Energía: 661 kcal . Lípidos: 40,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,6 g . Hidratos de carbono: 51,6 g . Azúcares: 16,5 g . Proteínas: 18,4 g . Sal: 3,3 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. | | | | |
| LUNES 13 | MARTES 14 | MIÉRCOLES 15 | JUEVES 16 | VIERNES 17 |
| Lentejas al estilo casero  | Espirales integrales con salsa boloñesa  | Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento)  | Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro)  | Sopa casera  |
| Ventresca de merluza en salsa verde con lechuga  | Tortilla de patata con lechuga  | Filete de cabezada empanado con pimientos rojos  | Muslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y maíz  | Garbanzos salteados con ajo  |
| Fruta  | Yogur  | Fruta  | Fruta  | Fruta  |
| Energía: 679 kcal . Lípidos: 39,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 51,6 g . Azúcares: 17,0 g . Proteínas: 24,6 g . Sal: 1,8 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 20 | MARTES 21 | MIÉRCOLES 22 | JUEVES 23 | VIERNES 24 |
| Lentejas estofadas con chorizo  | Paella de pollo y verduras  | crema de borraja con picatostes  | SAN JORGE | DIA NO LECTIVO |
| Limanda empanada con ensalada de lechuga  | Tortilla francesa con lechuga  | Jamón de pollo al chilindrón  | | |
| Fruta  | Yogur  | Melocotón en almíbar | | |
| Energía: 369 kcal . Lípidos: 20,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . Hidratos de carbono: 28,9 g . Azúcares: 9,8 g . Proteínas: 14,4 g . Sal: 1,2 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 27 | MARTES 28 | MIÉRCOLES 29 | JUEVES 30 | VIERNES 1 |
| Macarrones integrales con champiñones, guisante, pimiento y zanahoria  | Garbanzos con chorizo  | Judía verde con patata  | Arroz blanco con tomate frito | |
| Tortilla de patata con ensalada  | Merluza a la romana con ensalada  | Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate  | Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro con ensalada quarnición  | |
| Fruta  | Fruta  | Fruta  | Yogur  | |
| Energía: 636 kcal . Lípidos: 28,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,5 g . Hidratos de carbono: 62,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 28,1 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. | | | | |
| Los menús incluyen agua y pan o pan integral. | |  | | |