

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
	Macarrones a la milanesa 	Menestra de verduras con patata dado 	Garbanzos a la castellana 	Crema casera de verduras 
	Lomo adobado al horno con pimientos rojos 	Salchichas frescas de ave con salsa de tomate 	Bacalao a la riojana 	Pechuga de pollo empanada con patatas 
	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Yogur de sabores 
<small>Energía: 443 kcal . Lípidos: 24,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 31,6 g . Azúcares: 12,9 g . Proteínas: 20,8 g . Sal: 1,5 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Arroz tres delicias 	Judías verdes al estilo casero 	Lentejas maravilla 	Sopa casera de ave con maravilla 	Alubias blancas con verduras 
Merluza rebozada con mahonesa 	Tortilla de patata con loncha de jamón York 	Albóndigas a la casera con champiñón 	Muslo de pollo asado en su jugo con patatas 	Filete de cabezada a la riojana 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Natillas de vainilla 	Fruta
<small>Energía: 485 kcal . Lípidos: 110,2 kJ . Ácidos Grasos Saturados: 26,5 g . Hidratos de carbono: 6,2 g . Azúcares: 37,4 g . Proteínas: 15,2 g . Sal: 2,2 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Patatas guisadas a la riojana 	Garbanzos a la castellana con chorizo y panceta 	Menestra de verduras 	Macarrones a la boloñesa (carne picada, tomate) 	Crema de calabacín y calabaza 
Tortilla francesa con lechuga 	Filete ruso casero a la plancha con jardinera 	Estofado de pavo en salsa hortelana con champiñón 	Gallineta al horno con verduras salteadas 	Pechuga de pollo a la milanesa con patatas 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 
<small>Energía: 527 kcal . Lípidos: 29,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g . Hidratos de carbono: 36,7 g . Azúcares: 15,3 g . Proteínas: 26,3 g . Sal: 2,2 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Judías verdes al estilo casero 	Lentejas al estilo casero 	Arroz con tomate	Alubias blancas estofadas 	Sopa casera de ave con maravilla 
Filete de cabezada empanado con lechuga 	Tortilla de patata con loncha de jamón York 	Merluza en salsa verde con guisantes 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con champiñón 	Muslo de pollo asado a la naranja con patatas 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 
<small>Energía: 625 kcal . Lípidos: 38,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,2 g . Hidratos de carbono: 38,8 g . Azúcares: 14,6 g . Proteínas: 30,0 g . Sal: 1,7 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Macarrones a la boloñesa (tomate, carne picada) 	Porrusalda 			
Limanda empanada con lechuga 	Rotti de pavo en salsa riojana con pimientos rojos 			
Fruta	Yogur de sabores 			
<small>Energía: 555 kcal . Lípidos: 29,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 49,3 g . Azúcares: 17,0 g . Proteínas: 19,2 g . Sal: 1,9 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.</small>				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				