

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
			Crema casera de verduras 	Lentejas con verduras 
			Pechuga de pollo empanada con patatas 	Bacalao a la riojana 
			Natillas de vainilla 	Fruta
Energía: 718 kcal. Lípidos: 42,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g. Hidratos de carbono: 49,7 g. Azúcares: 18,3 g. Proteínas: 30,7 g. Sal: 2,4 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.				
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Arroz tres delicias 		Judías verdes al estilo casero 		
Lomo adobado al horno con lechuga 		Rotti de pavo en salsa demiglace con champiñón 		
Fruta		Yogur de sabores 		
Energía: 218 kcal. Lípidos: 11,5 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,0 g. Hidratos de carbono: 19,5 g. Azúcares: 6,4 g. Proteínas: 8,0 g. Sal: 1,2 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.				
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Menestra de verduras 	Garbanzos con verduras 	Macarrones gratinados 	Alubias pintas al estilo casero 	Crema casera de calabacín y calabaza 
Tortilla de patata con loncha de jamón York 	Filete de limanda rebozada con lechuga 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con champiñón 	Gallineta al horno con verduras salteadas 	Muslo de pollo asado en su jugo con patatas 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 
Energía: 480 kcal. Lípidos: 24,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g. Hidratos de carbono: 38,9 g. Azúcares: 15,0 g. Proteínas: 21,8 g. Sal: 2,4 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.				
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Patatas a la riojana 	Judías verdes con patata y zanahoria 	Alubias blancas con verduras 	Crema de verduras 	Arroz con tomate 
Bacalao en salsa verde con guisantes 	Tortilla de jamón York y queso con rodaja de tomate natural 	Merluza al horno en salsa de zanahoria 	Filete de magro al chilindrón con tomate y pimienta 	Pechuga de pollo a la inglesa con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Actimel 
Energía: 466 kcal. Lípidos: 24,0 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,8 g. Hidratos de carbono: 34,9 g. Azúcares: 13,5 g. Proteínas: 24,3 g. Sal: 2,0 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.				
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 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				

En todos los menus se incluye Agua y pan.



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