

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Arroz con tomate 	Alubias blancas con verduras 	Menestra de verduras con patatas 	Lentejas maravilla 	Sopa casera de ave con maravilla 
Lomo adobado al horno con pimientos rojos 	Filete de limanda empanada con lechuga 	Albóndigas caseras con salsa de champiñones 	Bacalao a la riojana 	Pechuga de pollo a la inglesa con patatas fritas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural 





Energía: 565 kcal . Lípidos: 36,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 32,1 g . Azúcares: 11,1 g . Proteínas: 23,5 g . Sal: 1,3 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 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Judías verdes al estilo casero 	Garbanzos al estilo casero 	Arroz a la montañesa 	Crema casera de calabacín y calabaza 	Macarrones a la boloñesa (tomate, carne picada) 
Tortilla española con lechuga 	Gallineta al horno con verduras salteadas 	Rottis de pavo en salsa demiglace 	Muslo de pollo a la riojana con patatas 	Merluza rebozada con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural 	Fruta

Energía: 467 kcal . Lípidos: 110,2 kJ . Ácidos Grasos Saturados: 22,1 g . Hidratos de carbono: 4,3 g . Azúcares: 45,2 g . Proteínas: 12,9 g . Sal: 18,7 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.

LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Menestra de verduras 	Arroz tres delicias (huevo, guisante, york) 	Patatas a la riojana 	Alubias pintas con verduras 	Puré de verduras 
Filete de cabezada empanado con lechuga 	Bacalao en salsa alicantina 	Tortilla de jamón York con loncha de queso 	Merluza en salsa alicantina 	Pechuga de pollo empanada con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural 

Energía: 625 kcal . Lípidos: 38,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 39,8 g . Azúcares: 13,3 g . Proteínas: 25,8 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 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Macarrones a la napolitana 	Lentejas con verduras 			
Merluza al horno en salsa de zanahoria 	Salchichas frescas de ave con tomate 			
Fruta	Fruta			

Energía: 192 kcal . Lípidos: 7,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 1,5 g . Hidratos de carbono: 18,0 g . Azúcares: 5,6 g . Proteínas: 11,6 g . Sal: 1,4 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 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10

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.