





















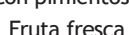

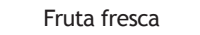




JUEVES 1		VIERNES 2			
		<p>Crema de calabacín</p>  <p>Pavo a la plancha con rodaja de tomate natural</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Lentejas estofadas</p>  <p>Halibut al horno con ensalada variada</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>		
<p>Energía: 608 Kcal. Lípidos: 20,9 g. AGS: 1,8 g. Hidratos de Carbono: 87,1 g. Azúcares: 13,9 g. Proteínas: 17,9 g. Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 748 Kcal. Lípidos: 26,6 g. AGS: 2,6 g. Hidratos de Carbono: 105,9 g. Azúcares: 18,4 g. Proteínas: 21,3 g. Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1093 Kcal. Lípidos: 40,1 g. AGS: 3,6 g. Hidratos de Carbono: 153,6 g. Azúcares: 25,3 g. Proteínas: 29,6 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>					
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	
<p>Acelgas al estilo casero</p>  <p>Huevo revuelto con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Ensalada de pasta ecológica</p>  <p>Bacalao a la vizcaína con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Paella de carne con arroz ecológico</p>  <p>Hamburguesa a la plancha con rodaja de tomate natural</p>  <p>Yogur desnatado</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Garbanzos con verduras</p>  <p>Merluza a la plancha con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Judías verdes al estilo casero</p>  <p>Pechugas de pollo a la plancha con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	
<p>Energía: 610 Kcal. Lípidos: 20,9 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 85,6 g. Azúcares: 13,9 g. Proteínas: 20,1 g. Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 794 Kcal. Lípidos: 26,9 g. AGS: 3,0 g. Hidratos de Carbono: 111,1 g. Azúcares: 17,6 g. Proteínas: 27,1 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1012 Kcal. Lípidos: 34,9 g. AGS: 3,9 g. Hidratos de Carbono: 142,3 g. Azúcares: 24,1 g. Proteínas: 32,9 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>					
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
<p>Ensalada de arroz ecológico</p>  <p>Limanda a la plancha/ horno con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Alubias blancas con verduras</p>  <p>Pechuga de pavo a la plancha con champiñones a la plancha</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Cardo al estilo casero</p>  <p>Filete de ternera a la plancha con zanahoria al vapor</p>  <p>Yogur desnatado</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Lentejas a la jardinera</p>  <p>Palometa al Orio con lechuga</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Macarrones ecológicos a la boloñesa</p>  <p>Muslo de pollo a la plancha/ horno con pimientos asados</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	
<p>Energía: 594 Kcal. Lípidos: 21,3 g. AGS: 2,2 g. Hidratos de Carbono: 83,9 g. Azúcares: 13,8 g. Proteínas: 16,9 g. Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 795 Kcal. Lípidos: 27,2 g. AGS: 3,0 g. Hidratos de Carbono: 112,3 g. Azúcares: 17,9 g. Proteínas: 25,4 g. Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 848 Kcal. Lípidos: 29,6 g. AGS: 4,2 g. Hidratos de Carbono: 119,6 g. Azúcares: 23,9 g. Proteínas: 25,9 g. Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>					
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	
<p>Arroz blanco ecológico con tomate</p>  <p>Pechugas a la plancha con ensalada de tomate</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>Lentejas al estilo casero</p>  <p>Merluza a la plancha con pimientos a la plancha</p>  <p>Fruta fresca</p> <p>Agua y pan</p>	<p>MENÚ ESPECIAL</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	
<p>Energía: 610 Kcal. Lípidos: 20,9 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 85,6 g. Azúcares: 14,6 g. Proteínas: 20,1 g. Sal: 1,8 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 784 Kcal. Lípidos: 26,1 g. AGS: 2,9 g. Hidratos de Carbono: 113,6 g. Azúcares: 18,3 g. Proteínas: 23,9 g. Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 921 Kcal. Lípidos: 32,3 g. AGS: 4,0 g. Hidratos de Carbono: 130,2 g. Azúcares: 24,6 g. Proteínas: 27,4 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</p>					
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	
<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	