

LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 1
				Crema de calabacín 
				Pollo al chilindrón 
				Yogur de sabores 
<small>Energía: 608 Kcal. Lípidos: 20,9 g. AGS: 2,0 g. Hidratos de Carbono: 86,3 g. Azúcares: 13,6 g. Proteínas: 18,9 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: 803 Kcal. Lípidos: 28,4 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 112,3 g. Azúcares: 18,3 g. Proteínas: 24,6 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1103 Kcal. Lípidos: 37,3 g. AGS: 4,0 g. Hidratos de Carbono: 159,3 g. Azúcares: 26,9 g. Proteínas: 32,6 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</small>				
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Acelgas rehogadas con jamón York 	Lentejas al estilo casero 			
Filete de cabezada a la plancha con patatas fritas	Bacalao al orio con lechuga 			
Fruta	Fruta			
<small>Energía: 606 Kcal. Lípidos: 22,1 g. AGS: 1,6 g. Hidratos de Carbono: 86,3 g. Azúcares: 14,5 g. Proteínas: 15,6 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: 758 Kcal. Lípidos: 26,9 g. AGS: 2,6 g. Hidratos de Carbono: 105,6 g. Azúcares: 17,5 g. Proteínas: 23,6 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: 1015 Kcal. Lípidos: 35,1 g. AGS: 3,3 g. Hidratos de Carbono: 141,2 g. Azúcares: 23,8 g. Proteínas: 33,6 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</small>				
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Arroz blanco con tomate 	Crema de verduras con costrones 	Espaguetis a la carbonara 	Judías verdes al estilo casero 	Garbanzos con verduras 
Pechuga de pollo a la plancha con lechuga 	Albóndigas caseras de cerdo en salsa demiglace con champiñón 	Halibut a la plancha con lechuga 	Muslo de pollo asado con patata panadera 	Lomo adobado con lechuga 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta fresca	Fruta	Fruta
<small>Energía: 578 Kcal. Lípidos: 20,1 g. AGS: 1,8 g. Hidratos de Carbono: 83,6 g. Azúcares: 13,9 g. Proteínas: 15,9 g. Sal: 1,5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 796 Kcal. Lípidos: 26,9 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 114,7 g. Azúcares: 18,8 g. Proteínas: 23,9 g. Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 954 Kcal. Lípidos: 30,0 g. AGS: 3,9 g. Hidratos de Carbono: 121,4 g. Azúcares: 25,3 g. Proteínas: 24,7 g. Sal: 1,6 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</small>				
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Acelgas rehogadas 	Sopa casera de cocido con pasta 	Alubias blancas a la castellana 	Arroz blanco con tomate	
Estofado de pavo en salsa hortelana 	Lomo de cerdo a la plancha con rodaja de tomate natural	Merluza a la plancha con lechuga 	Jamoncito de pollo asado con lechuga 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 609Kcal. Lípidos: 21,7g. AGS: 1,8g. Hidratos de Carbono: 82,6g. Azúcares: 14,9g. Proteínas: 20,9g. Sal: 1,6mg. • 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: 758Kcal. Lípidos: 26,3g. AGS: 2,9g. Hidratos de Carbono: 105,8g. Azúcares: 17,5g. Proteínas: 24,7g. Sal: 1,8mg. • 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: 1099Kcal. Lípidos: 39,3g. AGS: 4,0g. Hidratos de Carbono: 154,3g. Azúcares: 24,8g. Proteínas: 32,1g. Sal: 1,5mg. • 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</small>				
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p align="center">En todos los menus se incluye Agua y pan. </p>				