

LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Energía: Lipidos: Acidos 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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: Lipidos: Acidos 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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: Lipidos: Acidos 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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</p>				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Borrajá al estilo casero	Macarrones a la italiana (*)		Judías verdes con patata y zanahoria	Garbanzos al estilo casero
Pavo salteado con ajo y perejil con lechuga	Pechuga de pavo a la plancha con lechuga		Pechuga de pollo en salsa jardinera	Merluza a la vasca con ensalada
Fruta fresca	Fruta fresca		Fruta fresca	Fruta fresca
<p>Energía: 341 kcal. Lipidos: 10,0 g. Acidos Grasos Saturados: 1,7 g. Hidratos de carbono: 37,1 g. Azúcares: 10,0 g. Proteínas: 22,7 g. Sal: 1,1 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 509 kcal. Lipidos: 14,5 g. Acidos Grasos Saturados: 2,5 g. Hidratos de carbono: 55,8 g. Azúcares: 14,8 g. Proteínas: 34,7 g. Sal: 1,7 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 624 kcal. Lipidos: 19,2 g. Acidos Grasos Saturados: 3,3 g. Hidratos de carbono: 63,7 g. Azúcares: 15,6 g. Proteínas: 44,5 g. Sal: 2,1 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</p>				
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Arroz con tomate	Macarrones con tomate	Brócoli con patata	Alubias pintas a la castellana	Sopa casera de pollo
Estofado de pavo en salsa española	Cinta de lomo de cerdo plancha con lechuga	Salchichas frescas de cerdo con tomate	Jamonicitos de pollo en salsa jardinera	Abadejo a la plancha con lechuga
Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur natural	Fruta fresca	Fruta fresca
<p>Energía: 570 kcal. Lipidos: 29,8 g. Acidos Grasos Saturados: 6,9 g. Hidratos de carbono: 48,2 g. Azúcares: 11,5 g. Proteínas: 23,4 g. Sal: 2,3 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 862 kcal. Lipidos: 46,1 g. Acidos Grasos Saturados: 10,7 g. Hidratos de carbono: 71,6 g. Azúcares: 16,4 g. Proteínas: 34,9 g. Sal: 3,6 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 1.077 kcal. Lipidos: 60,6 g. Acidos Grasos Saturados: 14,0 g. Hidratos de carbono: 82,3 g. Azúcares: 17,3 g. Proteínas: 44,1 g. Sal: 4,5 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</p>				
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Espaguetis a la italiana (*)	Garbanzos al estilo casero	Judías verdes al estilo casero	Paella de pollo y verduras	Crema de verduras
Muslo de pollo asado en su jugo con patatas chips	Filete de limanda al horno con lechuga	Magro con tomate con lechuga	Pechuga de pavo a la plancha con lechuga	Filete de cabezada en salsa demiglace
Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur	Fruta fresca	Fruta fresca
<p>Energía: 485 kcal. Lipidos: 19,2 g. Acidos Grasos Saturados: 4,8 g. Hidratos de carbono: 50,9 g. Azúcares: 14,0 g. Proteínas: 23,3 g. Sal: 1,5 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 711 kcal. Lipidos: 28,3 g. Acidos Grasos Saturados: 7,3 g. Hidratos de carbono: 73,5 g. Azúcares: 18,9 g. Proteínas: 35,5 g. Sal: 2,3 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 873 kcal. Lipidos: 37,2 g. Acidos Grasos Saturados: 9,6 g. Hidratos de carbono: 83,6 g. Azúcares: 20,0 g. Proteínas: 45,0 g. Sal: 2,7 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</p>				
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Borrajá al estilo casero	Lentejas al estilo casero	Arroz con verduras	Puré de verduras	Macarrones a la italiana (*)
Pechuga de pollo a la naranja	Pescadilla a la andaluza con ensalada de tomate	Muslo de pollo asado en su jugo	Salchichas de Frankfurt con tomate	Filete de magro de cerdo a la plancha con jamón York y lechuga
Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores	Fruta fresca	Fruta fresca
<p>Energía: 546 kcal. Lipidos: 24,4 g. Acidos Grasos Saturados: 5,2 g. Hidratos de carbono: 54,7 g. Azúcares: 14,4 g. Proteínas: 23,1 g. Sal: 2,3 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 790 kcal. Lipidos: 34,9 g. Acidos Grasos Saturados: 7,6 g. Hidratos de carbono: 79,0 g. Azúcares: 19,7 g. Proteínas: 34,9 g. Sal: 3,4 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día. Energía: 968 kcal. Lipidos: 44,6 g. Acidos Grasos Saturados: 9,7 g. Hidratos de carbono: 91,1 g. Azúcares: 21,0 g. Proteínas: 44,2 g. Sal: 4,3 g. - - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</p>				
<p>Los menús incluyen agua y pan o pan integral.</p>				