

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro  	Sopa casera de ave con fideos  
	Albóndigas a la casera con salsa de champiñones con arroz pilaf          	Salmón al horno con mix de verduras     	Lomo asado con pure de patatas   	Tortilla francesa con ensalada  
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
Energía: 364 kcal . Lípidos: 19,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,8 g . Hidratos de carbono: 26,9 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 17,0 g . Sal: 1,2 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.				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Crema de calabaza	Lentejas estofadas  	Sopa casera de pescado con fideos      	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con Tomate     
Pechuga de pollo empanada con patatas   	Tortilla de patata con ensalada  	Hamburguesa mixta en salsa de cebolla con calabacín al horno     	Merluza a la vasca   	Pizza margarita con ensalada de lechuga y tomate     
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Natillas instantáneas  
Energía: 679 kcal . Lípidos: 38,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 53,5 g . Azúcares: 15,8 g . Proteínas: 27,7 g . Sal: 2,6 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.				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Lentejas estofadas  	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisar con chorizo  	Sopa de picadillo con fideos   
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada    	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados   	Lomo adobado al horno con champiñón salteado   
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
Energía: 479 kcal . Lípidos: 27,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 33,9 g . Azúcares: 14,3 g . Proteínas: 22,4 g . Sal: 1,0 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.				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de judía verde, patata y zanahoria   	Sopa casera de cocido con pasta  	Alubias blancas con chorizo  	Ensalada de pasta   
Salchichas Frankfurt al vino blanco con verduras salteadas   	San Jacobo con ensalada    	Cocido completo   	Merluza al pimenton con champiñón laminado  	Jamoncito de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Profiteroles de Chocolate  
Energía: 599 kcal . Lípidos: 31,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g . Hidratos de carbono: 52,4 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 21,0 g . Sal: 1,9 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.				

En todos los menús 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.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Coliflor al estilo casero	Arroz con magro	Sopa casera de ave con fideos
	Albondigas a la casera con salsa de champiñones con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras	Tortilla francesa con ensalada	Lomo asado con pure de patatas
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt

Energía: 303 kcal . Lípidos: 16,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,4 g . Hidratos de carbono: 23,2 g . Azúcares: 14,8 g . Proteínas: 14,3 g . Sal: 1,3 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.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Lentejas estofadas	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos	Patatas guisadas con carne de cerdo	Macarrones a la boloñesa (carne picada, tomate)
Pechuga de pollo empanada con patatas	Tortilla de patata con ensalada	Hamburguesa mixta en salsa de cebolla con calabacín al horno	Merluza a la vasca	Pizza de jamón York con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Natillas instantáneas

Energía: 679 kcal . Lípidos: 38,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 53,5 g . Azúcares: 15,8 g . Proteínas: 27,7 g . Sal: 2,6 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.

LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18

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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Lentejas estofadas	Arroz de verduras con pollo	Crema de verduras	Patatas guisar con chorizo	Sopa de picadillo con fideos
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo	Bacaladito a la andaluza con ensalada	Magro con tomate con patatas	Merluza en salsa verde con guisantes salteados	Lomo adobado al horno con champiñón salteado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt

Energía: 479 kcal . Lípidos: 27,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 33,9 g . Azúcares: 14,3 g . Proteínas: 22,4 g . Sal: 1,0 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.

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de judía verde, patata y zanahoria	Sopa casera de cocido con pasta	Patatas guisadas con verduras	Ensalada de pasta
Salchichas Frankfurt al vino blanco con verduras salteadas	San Jacobo con ensalada	Cocido completo	Merluza al pimentón con champiñón laminado	Jamón de pollo asado con patatas a lo pobre
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Profiteroles de Chocolate

Energía: 582 kcal . Lípidos: 30,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,9 g . Hidratos de carbono: 53,6 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 19,0 g . Sal: 2,0 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.

En todos los menús 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.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Coliflor al estilo casero	Arroz blanco hervido (*)	Sopa casera de ave con fideos 
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno
	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt 









Energía: 446 kcal . Lípidos: 23,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g . Hidratos de carbono: 34,2 g . Azúcares: 14,6 g . Proteínas: 23,2 g . Sal: 1,3 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.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas al estilo casero 	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones blancos hervidos con aceite de oliva 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno	Merluza al horno 	Chuleta de cerdo a la plancha
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt 	Natillas instantáneas 







Energía: 625 kcal . Lípidos: 41,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,4 g . Hidratos de carbono: 35,7 g . Azúcares: 13,3 g . Proteínas: 25,9 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.

LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18

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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Espinacas al estilo casero	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras (*)	Patatas guisadas con verduras 	Sopa de picadillo con fideos 
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada 	Magro de cerdo a la plancha con patatas	Merluza en salsa verde 	Cinta de lomo de cerdo al horno con champiñón salteado 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt 

Energía: 518 kcal . Lípidos: 26,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g . Hidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 15,6 g . Proteínas: 25,7 g . Sal: 1,2 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.

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz blanco hervido (*)	Crema de verduras (*)	Sopa de verduras	Patatas guisadas con verduras 	Ensalada de pasta 
Contramuslo de pollo a la plancha	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Magro de cerdo a la plancha	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Jamoncito de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt 

Energía: 450 kcal . Lípidos: 23,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,2 g . Hidratos de carbono: 33,0 g . Azúcares: 15,1 g . Proteínas: 22,5 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.

En todos los menús 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.

COLEGIO STA MARIA DEL VALLE

ABRIL 2025 SIN HUEVO NI CACAHUETE



LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro  	Sopa de verduras
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras   	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada 	Lomo asado con pure de patatas    
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
Energía: 506 kcal . Lípidos: 28,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g . Hidratos de carbono: 23,3 g . Azúcares: 15,1 g . Proteínas: 34,1 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.				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Lentejas estofadas  	Crema de calabaza	Sopa de verduras	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con tomate (*) 
Pechuga de pollo a la plancha con patatas 	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno 	Merluza al horno   	Chuleta de cerdo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Yogurt 
Energía: 500 kcal . Lípidos: 27,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . Hidratos de carbono: 25,8 g . Azúcares: 12,6 g . Proteínas: 35,8 g . Sal: 1,3 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.				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Lentejas estofadas  	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisar con chorizo   	Sopa de verduras
Chuleta de cerdo a la plancha con zanahorias al ajillo 	Bacaladito al horno con ensalada   	Magro con tomate con patatas 	Merluza al horno con guisantes salteados    	Lomo adobado al horno con champiñón salteado    
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
Energía: 476 kcal . Lípidos: 29,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,9 g . Hidratos de carbono: 27,0 g . Azúcares: 14,1 g . Proteínas: 23,4 g . Sal: 1,3 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.				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de judía verde, patata y zanahoria    	Sopa casera de cocido con pasta  	Alubias blancas al estilo casero 	Macarrones con tomate (*) 
Salchichas Frankfurt al vino blanco con verduras salteadas    	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Garbanzos con verduras 	Merluza al pimenton con champiñón laminado    	Jamoncito de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
Energía: 532 kcal . Lípidos: 25,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g . Hidratos de carbono: 48,8 g . Azúcares: 15,7 g . Proteínas: 21,0 g . Sal: 2,0 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.				
En todos los menús 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.














LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4	
	Crema de zanahoria	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Sopa casera de ave con fideos 	
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras    	Tortilla francesa con ensalada  	Cinta de lomo de cerdo al horno	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 468 kcal . Lípidos: 26,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,5 g . Hidratos de carbono: 29,3 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 24,2 g . Sal: 1,2 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.</small>					
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11	
Lentejas estofadas 	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos    	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con tomate 	
Pechuga de pollo empanada con patatas  	Tortilla de patata con ensalada  	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno	Merluza al horno   	Chuleta de cerdo a la plancha	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 636 kcal . Lípidos: 42,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,3 g . Hidratos de carbono: 37,4 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 23,9 g . Sal: 0,9 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.</small>					
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	
<small>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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>					
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	
Lentejas estofadas 	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisadas con verduras 	Sopa de picadillo con fideos  	
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada    	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados    	Cinta de lomo de cerdo al horno con champiñón salteado 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 540 kcal . Lípidos: 28,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 43,3 g . Azúcares: 17,8 g . Proteínas: 23,1 g . Sal: 1,2 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.</small>					
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2	
Arroz con tomate	Crema de verduras (*)	Sopa de verduras	Alubias blancas al estilo casero 	Ensalada de pasta   	
Contramuslo de pollo a la plancha con verduras salteadas  	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Garbanzos con verduras 	Merluza al pimenton con champiñón laminado    	Jamoncito de pollo asado con patatas a lo pobre 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 446 kcal . Lípidos: 22,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 37,8 g . Azúcares: 16,4 g . Proteínas: 18,9 g . Sal: 1,4 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.</small>					
En todos los menús 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.











COLEGIO STA MARIA DEL VALLE

ABRIL 2025 SIN LEGUMBRE, FRUTOS SECOS, GUISANTE, KIWI












LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Coliflor al estilo casero	Arroz blanco hervido (*)	Sopa casera de ave con fideos 
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 446 kcal . Lípidos: 23,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g . Hidratos de carbono: 34,2 g . Azúcares: 14,6 g . Proteínas: 23,2 g . Sal: 1,3 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.</small>				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas al estilo casero 	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con tomate 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno	Merluza al horno 	Chuleta de cerdo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Natillas instantáneas 
<small>Energía: 646 kcal . Lípidos: 43,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,6 g . Hidratos de carbono: 36,2 g . Azúcares: 13,5 g . Proteínas: 26,0 g . Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<small>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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Espinacas al estilo casero	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras (*)	Patatas guisadas con verduras 	Sopa de picadillo con fideos 
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada 	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde 	Cinta de lomo de cerdo al horno con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 540 kcal . Lípidos: 29,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 41,5 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 24,5 g . Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de verduras (*)	Sopa de verduras	Patatas guisadas con verduras 	Ensalada de pasta 
Contramuslo de pollo a la plancha	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Magro de cerdo a la plancha	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Jamóncito de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 466 kcal . Lípidos: 25,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,3 g . Hidratos de carbono: 33,3 g . Azúcares: 15,4 g . Proteínas: 22,8 g . Sal: 1,6 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.</small>				
En todos los menús 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.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Coliflor al estilo casero	Arroz blanco hervido (*)	Sopa casera de ave con fideos 
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 446 kcal . Lípidos: 23,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g . Hidratos de carbono: 34,2 g . Azúcares: 14,6 g . Proteínas: 23,2 g . Sal: 1,3 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.</small>				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas al estilo casero 	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con tomate 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno	Merluza al horno 	Chuleta de cerdo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Natillas instantáneas 
<small>Energía: 646 kcal . Lípidos: 43,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,6 g . Hidratos de carbono: 36,2 g . Azúcares: 13,5 g . Proteínas: 26,0 g . Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<small>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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Espinacas al estilo casero	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras (*)	Patatas guisadas con verduras 	Sopa de picadillo con fideos 
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada 	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde 	Cinta de lomo de cerdo al horno con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 540 kcal . Lípidos: 29,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 41,5 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 24,5 g . Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de verduras (*)	Sopa de verduras	Patatas guisadas con verduras 	Ensalada de pasta 
Contramuslo de pollo a la plancha	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Magro de cerdo a la plancha	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Jamóncito de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 466 kcal . Lípidos: 25,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,3 g . Hidratos de carbono: 33,3 g . Azúcares: 15,4 g . Proteínas: 22,8 g . Sal: 1,6 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.</small>				
En todos los menús 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.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Crema de zanahoria	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Sopa casera de ave con fideos 
	Albondigas a la casera con salsa de champiñones con arroz pilaf 	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Lomo asado con pure de patatas 
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 364 kcal. Lípidos: 19,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,8 g. Hidratos de carbono: 26,9 g. Azúcares: 15,0 g. Proteínas: 17,0 g. Sal: 1,2 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.</small>				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas al estilo casero	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones a la boloñesa (carne picada, tomate) 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Hamburguesa mixta en salsa de cebolla con calabacín al horno 	Merluza a la vasca 	Pizza de jamón York con ensalada de lechuga y tomate 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Natillas instantáneas 
<small>Energía: 709 kcal. Lípidos: 40,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g. Hidratos de carbono: 54,4 g. Azúcares: 16,0 g. Proteínas: 28,1 g. Sal: 3,2 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.</small>				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<small>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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Espinacas al estilo casero	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisar con chorizo 	Sopa de picadillo con fideos 
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada 	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados 	Lomo adobado al horno con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
<small>Energía: 495 kcal. Lípidos: 27,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g. Hidratos de carbono: 35,7 g. Azúcares: 14,4 g. Proteínas: 23,0 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.</small>				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Arroz con tomate	Crema de judía verde, patata y zanahoria 	Sopa casera de cocido con pasta 	Alubias blancas con chorizo 	Ensalada de pasta 
Salchichas Frankfurt al vino blanco con verduras salteadas 	San Jacobo con ensalada 	Cocido completo 	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Jamón de pollo asado con patatas a lo pobre 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Profiteroles de Chocolate 
<small>Energía: 599 kcal. Lípidos: 31,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g. Hidratos de carbono: 52,4 g. Azúcares: 15,0 g. Proteínas: 21,0 g. Sal: 1,9 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.</small>				
En todos los menús 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.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4	
	Crema de zanahoria	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Sopa casera de ave con fideos 	
	Magro de cerdo a la plancha con arroz pilaf	Salmón al horno con mix de verduras    	Tortilla francesa con ensalada  	Cinta de lomo de cerdo al horno	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 468 kcal . Lípidos: 26,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,5 g . Hidratos de carbono: 29,3 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 24,2 g . Sal: 1,2 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.</small>					
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11	
Lentejas estofadas  	Crema de calabaza	Sopa casera de pescado con fideos      	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Macarrones con tomate 	
Pechuga de pollo empanada con patatas   	Tortilla de patata con ensalada  	Cinta de lomo de cerdo al horno con calabacín al horno	Merluza al horno   	Chuleta de cerdo a la plancha	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 636 kcal . Lípidos: 42,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,3 g . Hidratos de carbono: 37,4 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 23,9 g . Sal: 0,9 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.</small>					
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	
<small>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 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>					
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	
Lentejas estofadas  	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisadas con verduras 	Sopa de picadillo con fideos   	
Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Bacaladito a la andaluza con ensalada     	Magro con tomate con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados    	Cinta de lomo de cerdo al horno con champiñón salteado 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 540 kcal . Lípidos: 28,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 43,3 g . Azúcares: 17,8 g . Proteínas: 23,1 g . Sal: 1,2 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.</small>					
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2	
Arroz con tomate	Crema de verduras (*)	Sopa de verduras	Alubias blancas al estilo casero 	Ensalada de pasta    	
Contramuslo de pollo a la plancha con verduras salteadas  	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Garbanzos con verduras 	Merluza al pimenton con champiñón laminado    	Jamoncito de pollo asado con patatas a lo pobre 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<small>Energía: 446 kcal . Lípidos: 22,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 37,8 g . Azúcares: 16,4 g . Proteínas: 18,9 g . Sal: 1,4 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.</small>					
En todos los menús se incluye agua y pan.					