

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún	Alubias blancas estofadas con verduras	Arroz con magro	Sopa casera de ave con fideos
				
Albóndigas caseras de cerdo en salsa hortelana con arroz pilaf	Jamón de pollo asado con champiñón	Salmón al horno con mix de verduras	Tortilla francesa con ensalada	Lomo asado con pure de patatas
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				
<small>Energía: 513 kcal . Lípidos: 28,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g . Hidratos de carbono: 34,8 g . Azúcares: 15,8 g . Proteínas: 26,1 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.</small>				
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Lentejas estofadas	Crema de calabaza	Alubias blancas a la castellana	Patatas guisadas con carne de cerdo	Sopa casera de pollo con picadillo
				
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	Lomo adobado a la plancha con ensalada
				
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Natillas instantáneas
				
<small>Energía: 580 kcal . Lípidos: 37,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g . Hidratos de carbono: 30,7 g . Azúcares: 13,9 g . Proteínas: 26,2 g . Sal: 2,2 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 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras	Patatas guisadas con verduras	Lentejas estofadas	Cazuela de fideos	Espirales de colores con tomate
				
Albóndigas caseras con salsa de champiñones	Tortilla francesa con zanahorias al ajillo	Salmón encebollado con ensalada	Pechuga de pollo empanada con calabacín salteado	Magro con tomate con mix de verduras
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				
<small>Energía: 682 kcal . Lípidos: 39,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . Hidratos de carbono: 46,0 g . Azúcares: 17,0 g . Proteínas: 33,5 g . Sal: 2,2 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 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
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 de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas	Merluza en salsa verde con guisantes salteados	Lomo adobado al horno con champiñón salteado
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				
<small>Energía: 395 kcal . Lípidos: 20,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,6 g . Hidratos de carbono: 33,5 g . Azúcares: 14,0 g . Proteínas: 17,0 g . Sal: 0,8 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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
<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>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				

LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún	Alubias blancas estofadas con verduras	Arroz con magro	Sopa casera de ave con fideos
				
Magro con tomate con arroz pilaf	Jamoncito de pollo asado con champiñón	Salmón al horno con mix de verduras	Tortilla francesa con ensalada	Lomo asado
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 519 kcal . Lípidos: 29,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 35,8 g . Azúcares: 17,6 g . Proteínas: 24,0 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.</small>				
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Lentejas estofadas	Crema de calabaza	Alubias blancas con verduras	Patatas guisadas con carne de cerdo	Sopa casera de pollo con picadillo
				
Pechuga de pollo empanada con patatas	Tortilla de patata con ensalada	Pavo salteado con ajetes con calabacín al horno	Merluza a la vasca (*)	Lomo asado con ensalada
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 617 kcal . Lípidos: 42,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 29,8 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 26,9 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.</small>				
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras	Patatas guisadas con verduras	Lentejas estofadas	Cazuela de fideos	Espirales con tomate y atun
				
Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado	Tortilla francesa con zanahorias al ajillo	Salmón encebollado con ensalada	Pechuga de pollo empanada con calabacín salteado	Magro con tomate con mix de verduras
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 753 kcal . Lípidos: 46,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 10,1 g . Hidratos de carbono: 42,7 g . Azúcares: 19,8 g . Proteínas: 36,5 g . Sal: 2,4 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>				
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
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 de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas	Merluza en salsa verde con guisantes salteados	Lomo al horno con champiñón salteado
				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<small>Energía: 452 kcal . Lípidos: 21,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g . Hidratos de carbono: 42,8 g . Azúcares: 17,4 g . Proteínas: 17,6 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 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
<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>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				

COLEGIO STA MARIA DEL VALLE

MAYO 2025 SIN FRUTOS DE CASCARA-LEGUMBRE-GUISANTES-KIWI



LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún 	Coliflor esparragada 	Arroz con champiñones 	Sopa casera de ave con fideos 
Magro con tomate con arroz pilaf 	Jamoncito de pollo asado con champiñón 	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Lomo asado 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
Energía: 535 kcal . Lípidos: 29,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . Hidratos de carbono: 40,7 g . Azúcares: 15,9 g . Proteínas: 24,4 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.				
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Patatas al vapor	Crema de calabaza	Acelgas al estilo casero	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Sopa casera de pollo con picadillo 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Pavo salteado con ajetes con calabacín al horno	Merluza a la plancha 	Lomo de cerdo a la plancha con ensalada 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 	Natillas instantáneas 
Energía: 605 kcal . Lípidos: 42,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,0 g . Hidratos de carbono: 26,0 g . Azúcares: 13,3 g . Proteínas: 28,1 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.				
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras (*)	Patatas guisadas con verduras 	Acelgas al estilo casero	Cazuela de fideos 	Espirales de colores con tomate 
Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado 	Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Salmón encebollado con ensalada 	Pechuga de pollo empanada con calabacín salteado 	Magro con tomate con mix de verduras 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
Energía: 827 kcal . Lípidos: 51,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 10,9 g . Hidratos de carbono: 48,9 g . Azúcares: 17,8 g . Proteínas: 38,4 g . Sal: 3,1 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 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Patatas guisadas con verduras 	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 jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas 	Merluza en salsa verde 	Lomo al horno con champiñón salteado 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
Energía: 486 kcal . Lípidos: 22,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,0 g . Hidratos de carbono: 46,3 g . Azúcares: 16,9 g . Proteínas: 19,8 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 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
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.				

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 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún 	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Sopa casera de ave 
Magro con tomate con arroz pilaf 	Jamoncito de pollo asado con champiñón 	Salmón al horno con mix de verduras 	Pavo salteado con ajetes con ensalada 	Lomo asado con pure de patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 

Energía: 535 kcal . Lípidos: 29,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,5 g . Hidratos de carbono: 32,0 g . Azúcares: 15,8 g . Proteínas: 31,9 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.

LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Lentejas estofadas 	Crema de calabaza	Alubias blancas a la castellana con chorizo 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Sopa casera de pollo 
Pechuga de pollo a la plancha con patatas 	Limanda al horno con cebolla con ensalada 	Hamburguesa mixta en salsa de cebolla con calabacín al horno 	Merluza a la plancha 	Lomo adobado a la plancha con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Yogurt 

Energía: 346 kcal . Lípidos: 16,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,4 g . Hidratos de carbono: 22,3 g . Azúcares: 12,6 g . Proteínas: 24,6 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 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras 	Patatas guisadas con verduras 	Lentejas estofadas 	Macarrones con tomate (*)	Pasta con verduras
Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado 	Pechuga de pavo a la plancha con zanahorias al ajillo	Salmón encebollado con ensalada 	Pechuga de pollo a la plancha con calabacín salteado	Magro con tomate con mix de verduras 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 

Energía: 556 kcal . Lípidos: 28,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 40,9 g . Azúcares: 16,2 g . Proteínas: 31,6 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 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Lentejas estofadas 	Arroz de verduras con pollo 	Crema de verduras 	Patatas guisar con chorizo 	Sopa de verduras
Contramuslo de pollo a la plancha con zanahorias al ajillo	Bacaladito a la andaluza con ensalada 	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados 	Lomo adobado al horno con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 

Energía: 411 kcal . Lípidos: 23,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 28,7 g . Azúcares: 13,8 g . Proteínas: 18,7 g . Sal: 0,8 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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6

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.

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 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún	Alubias blancas estofadas con verduras	Arroz con magro	Sopa casera de ave con fideos
Albóndigas caseras de cerdo en salsa hortelana con arroz pilaf	Jamoncito de pollo asado con champiñón	Salmón al horno con mix de verduras	Tortilla francesa con ensalada	Lomo asado con pure de patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt

Energía: 513 kcal . Lípidos: 28,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g . Hidratos de carbono: 34,8 g . Azúcares: 15,8 g . Proteínas: 26,1 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 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Patatas al vapor	Crema de calabaza	Alubias blancas a la castellana	Patatas guisadas con carne de cerdo	Sopa casera de pollo con picadillo
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	Lomo adobado a la plancha con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Natillas instantáneas

Energía: 580 kcal . Lípidos: 37,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g . Hidratos de carbono: 30,7 g . Azúcares: 13,9 g . Proteínas: 26,2 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.

LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras	Patatas guisadas con verduras	Acelgas al estilo casero	Cazuela de fideos	Espirales de colores con tomate
Albóndigas caseras con salsa de champiñones	Tortilla francesa con zanahorias al ajillo	Salmón encebollado con ensalada	Pechuga de pollo empanada con calabacín salteado	Magro con tomate con mix de verduras
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt

Energía: 712 kcal . Lípidos: 41,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,0 g . Hidratos de carbono: 46,9 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 33,9 g . Sal: 2,8 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 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Patatas guisadas con verduras	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 de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas	Merluza en salsa verde con guisantes salteados	Lomo adobado al horno con champiñón salteado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt

Energía: 445 kcal . Lípidos: 21,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,8 g . Hidratos de carbono: 40,7 g . Azúcares: 15,4 g . Proteínas: 18,4 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 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6

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.

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 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Crema de zanahoria	Macarrones con atún 	Alubias blancas estofadas con verduras 	Arroz con magro 	Sopa casera de ave con fideos 
Magro con tomate con arroz pilaf 	Jamoncito de pollo asado con champiñón 	Salmón al horno con mix de verduras 	Tortilla francesa con ensalada 	Lomo asado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 519 kcal . Lípidos: 29,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,4 g . Hidratos de carbono: 35,8 g . Azúcares: 17,6 g . Proteínas: 24,0 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.				
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Lentejas estofadas 	Crema de calabaza	Alubias blancas con verduras 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Sopa casera de pollo con picadillo 
Pechuga de pollo empanada con patatas 	Tortilla de patata con ensalada 	Pavo salteado con ajetes con calabacín al horno	Merluza a la vasca (*) 	Lomo asado con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 617 kcal . Lípidos: 42,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g . Hidratos de carbono: 29,8 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 26,9 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 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras 	Patatas guisadas con verduras 	Lentejas estofadas 	Cazuela de fideos 	Espirales con tomate y atun 
Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado 	Tortilla francesa con zanahorias al ajillo 	Salmón encebollado con ensalada 	Pechuga de pollo empanada con calabacín salteado 	Magro con tomate con mix de verduras 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 753 kcal . Lípidos: 46,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 10,1 g . Hidratos de carbono: 42,7 g . Azúcares: 19,8 g . Proteínas: 36,5 g . Sal: 2,4 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.				
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
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 de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con patatas 	Merluza en salsa verde con guisantes salteados 	Lomo al horno con champiñón salteado 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 452 kcal . Lípidos: 21,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g . Hidratos de carbono: 42,8 g . Azúcares: 17,4 g . Proteínas: 17,6 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 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
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.				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				