





























LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Arroz blanco con salsa de tomate Pescado a la plancha/horno con ensalada de tomate y maíz  Fruta Agua y Pan 	Lentejas al estilo casero  Huevos cocidos con ensalada de lechuga y atún  Fruta Agua y Pan 	Sopa de pollo  Pechuga de pollo con tomate y patatas al horno Fruta Agua y Pan 	Macarrones salteados con gambas y atún  Gallo al horno con verduras asadas  Fruta Agua y Pan 	Puré de verduras Hamburguesa en salsa hortelana con champiñones  Fruta Agua y Pan 

Energía: 607 Kcal, Lípidos: 21.2 g, AGS: 2.3 g, Hidratos de Carbono: 86.3 g, Azúcares: 14.2 g, Proteínas: 17.9 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: 767 Kcal, Lípidos: 26.9 g, AGS: 2.9 g, Hidratos de Carbono: 108.9 g, Azúcares: 17.6 g, Proteínas: 22.5 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: 34.9 g, AGS: 3.9 g, Hidratos de Carbono: 142.7 g, Azúcares: 25.1 g, Proteínas: 32.6 g, Sal: 1.6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día

LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Espirales con tomate  Merluza horno con tomates aliñados con aceite y vinagre  Fruta Agua y Pan 	Arroz a la milanesa Filete a la plancha con ensalada  Fruta Agua y Pan 	Garbanzos guisados con cebolla y zanahoria  Tortilla de verdura  Fruta Agua y Pan 	Sopa casera de picadillo  Pollo asado al limón con champiñones  Fruta Agua y Pan 	Puré de verduras Filete a la plancha con guarnición vegetal Fruta Agua y Pan 

Energía: 583 Kcal, Lípidos: 20.3 g, AGS: 1.9 g, Hidratos de Carbono: 82.6 g, Azúcares: 13.9 g, Proteínas: 17.6 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: 783 Kcal, Lípidos: 27.8 g, AGS: 2.9 g, Hidratos de Carbono: 110.4 g, Azúcares: 18.3 g, Proteínas: 22.9 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: 1040 Kcal, Lípidos: 35.0 g, AGS: 4.1 g, Hidratos de Carbono: 150.9 g, Azúcares: 25.7 g, Proteínas: 30.5 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

LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Puré de zanahoria y calabacín con costrones  Pechuga de pollo con ensalada de tomate, lechuga y maíz  Fruta Agua y Pan 	Lentejas al estilo casero  Huevos revueltos con jamón  Fruta Agua y Pan 	Paella de carne  Filete de merluza a la marinera con gambas y mejillones  Fruta Agua y Pan 	Sopa de cocido  Carne en salsa con patatas  Fruta Agua y Pan 	Tallarines con tomate  Limanda al horno con cebolla y calabacín  Fruta Agua y Pan 

Energía: 576 Kcal, Lípidos: 20.0 g, AGS: 2.3 g, Hidratos de Carbono: 82.5 g, Azúcares: 15.2 g, Proteínas: 15.9 g, Sal: 1.7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 742 Kcal, Lípidos: 25.9 g, AGS: 3.0 g, Hidratos de Carbono: 105.6 g, Azúcares: 19.0 g, Proteínas: 21.7 g, Sal: 1.8 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: 999 Kcal, Lípidos: 34.9 g, AGS: 4.1 g, Hidratos de Carbono: 141.1 g, Azúcares: 25.3 g, Proteínas: 30.2 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

LUNES 30	MARTES 31
Puré de verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de zanahoria y olivas  Fruta Agua y Pan 	Estofado de cerdo  Merluza en salsa alicantina  Fruta Agua y Pan 

Energía: 589 Kcal, Lípidos: 20.1 g, AGS: 2.0 g, Hidratos de Carbono: 82.5 g, Azúcares: 14.6 g, Proteínas: 19.6 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día
Energía: 796 Kcal, Lípidos: 28.9 g, AGS: 2.9 g, Hidratos de Carbono: 111.1 g, Azúcares: 17.6 g, Proteínas: 23.9 g, Sal: 1.5 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010", para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día
Energía: 987 Kcal, Lípidos: 33.9 g, AGS: 3.6 g, Hidratos de Carbono: 140.0 g, Azúcares: 27.0 g, Proteínas: 30.6 g, Sal: 1.7 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

Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.