

LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Garbanzos al estilo casero 	Pure de calabacín, calabaza y patata	Alubias pintas con verduras 
		Salmón a la plancha con lechuga y maíz  	Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y cebolla 	Merluza al Horno con lechuga    
		Fruta	Fruta	Yogur natural 
Energía: 404 kcal. Lípidos: 17,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,4 g. Hidratos de carbono: 28,8 g. Azúcares: 11,6 g. Proteínas: 28,4 g. Sal: 1,5 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 6	MARTES 7	MIERCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Menestra de verduras con patatas dado   	Arroz integral con verduras frescas (tomate, berenjena y calabacín)	ALUBIAS BLANCAS ECOLÓGICAS AL ESTILO CASERO 	Acelgas al estilo casero 	Lentejas maravilla  
Filete de cabezada a la plancha con lechuga 	Tortilla francesa con rodaja de tomate  	Bacalao con tomate con pimientos rojos     	Muslo de pollo asado en su jugo con lechuga    	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes     
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural 	Fruta
Energía: 398 kcal. Lípidos: 16,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,8 g. Hidratos de carbono: 36,1 g. Azúcares: 11,9 g. Proteínas: 21,5 g. Sal: 1,5 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Menestra de verduras    	Alubias pintas con verduras 	Sopa de pollo con fideos  	Lentejas maravilla  	Crema de calabaza y puerros
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural  	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga       	Calamares a la malagueña con papas Ensalada       	Ventresca de merluza con tomate Ensalada de lechuga y zanahoria      	Contramuslo de pollo al horno con lechuga y maíz   
Fruta	Fruta	Delicias de leche frita      	Fruta	FRUTA ECOLÓGICA
Energía: 464 kcal. Lípidos: 20,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g. Hidratos de carbono: 44,7 g. Azúcares: 17,6 g. Proteínas: 21,2 g. Sal: 1,3 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Judías verdes con patata y zanahoria   	Lentejas al estilo casero      	Patatas a la riojana      	Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro)   	Alubias blancas con verduras     
Cabecero de lomo asado con ensalada de lechuga 	Huevos cocidos con fritada  	Gallineta al horno con lechuga       	Estofado de pavo en salsa hortelana con zanahoria baby      	Merluza al horno en salsa de zanahoria con ensalada      
Fruta	Fruta	FRUTA ECOLÓGICA	Yogur natural 	Fruta
Energía: 360 kcal. Lípidos: 14,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g. Hidratos de carbono: 28,9 g. Azúcares: 9,9 g. Proteínas: 23,9 g. Sal: 1,7 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Arroz integral a la marinera con calamar y mejillón     	Garbanzos ECOLÓGICOS al estilo casero 	Menestra de verduras       	Guisantes salteados a la gallega  	Alubias pintas al estilo casero 
Filete de cabezada a la riojana con verduras salteadas       	Limanda empanada con lechuga       	Tortilla de patata con lechuga y zanahoria   	Muslo de pollo asado en su jugo con lechuga y maíz      	Canelones de espinacas      
Fruta	Fruta	Fruta	FRUTA ECOLÓGICA	Yogur natural 
Energía: 352 kcal. Lípidos: 20,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,1 g. Hidratos de carbono: 25,5 g. Azúcares: 9,2 g. Proteínas: 14,1 g. Sal: 1,3 g. - - Valoración calculada según Documento de Consentimiento sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
Los menús incluyen agua y pan o pan integral.		      		

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