

LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 1
				Arroz con verduras (judía verde, calabacín y pimiento)
				Bacalao a la riojana
				Fruta
Energía: 500 kcal. Lípidos: 21,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 2,8 g. Hidratos de carbono: 52,8 g. Azúcares: 11,8 g. Proteínas: 22,7 g. Sal: 2,0 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 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Menestra de verduras con patatas	Macarrones a la boloñesa (tomate, carne picada)	Porrusalda	Lentejas maravilla	Crema casera de verduras
Lomo adobado al horno con pimientos	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes	Filete ruso casero en salsa española	Jamoncitos de pollo asado en su jugo con lechuga	Tortilla de patata con lechuga y zanahoria
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural
Energía: 370 kcal. Lípidos: 16,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,4 g. Hidratos de carbono: 35,8 g. Azúcares: 12,1 g. Proteínas: 17,1 g. Sal: 1,9 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 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Arroz a la montañesa	Garbanzos a la castellana	Judías verdes con patata y zanahoria	Sopa casera de pollo con maravilla	Alubias blancas con verduras
Merluza rebozada con lechuga y maíz	Tortilla francesa con lechuga	Filete de cabezada en salsa española con champiñón	Pechuga de pollo empanada con patatas fritas	Bacalao a la riojana
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural	Fruta
Energía: 547 kcal. Lípidos: 110,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 34,1 g. Hidratos de carbono: 6,4 g. Azúcares: 33,6 g. Proteínas: 12,0 g. Sal: 22,9 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 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Crema casera de calabacín y calabaza	Porrusalda	Macarrones napolitana	Menestra de verduras	Lentejas con verduras
Muslo de pollo asado en su jugo con patatas fritas	Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes salteados	Pizza de jamón York y queso con lechuga	Tortilla de patata con loncha de jamón York	Limanda a la inglesa con lechuga
Yogur natural	Fruta	Vasito de helado	Fruta	Fruta
Energía: 608 kcal. Lípidos: 28,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,9 g. Hidratos de carbono: 59,5 g. Azúcares: 18,6 g. Proteínas: 25,6 g. Sal: 3,3 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 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Judías verdes al estilo casero	Alubias blancas estofadas	Arroz con tomate		
Filete de cabezada empanado con lechuga	Tortilla francesa con rodaja de tomate	San Jacobo casero con lechuga		
Fruta	Fruta	Yogur natural		
Energía: 436 kcal. Lípidos: 30,2 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g. Hidratos de carbono: 25,0 g. Azúcares: 8,2 g. Proteínas: 14,0 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.				
En todos los menús se incluye agua y pan.				