

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Crema de calabaza	Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento) 	Garbanzos al estilo casero 	Espaguetis con tomate 
Pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y maíz 	Lomo adobado a la plancha con patatas fritas 	Croquetas de bacalao con ensalada de tomate 	Tortilla de patata con lechuga 	Merluza a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y olivas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Leche 
Energía: 773 kcal . Lípidos: 46,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,5 g . Hidratos de carbono: 57,9 g . Azúcares: 16,8 g . Proteínas: 26,2 g . Sal: 2,3 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 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
FESTIVO	Arroz blanco con tomate frito	Caldo gallego 	Lentejas al estilo casero 	Judía verde con patata 
	Rabas de calamar con lechuga 	Carne o caldeiro	Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga 
	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta
Energía: 590 kcal . Lípidos: 30,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g . Hidratos de carbono: 43,2 g . Azúcares: 13,8 g . Proteínas: 31,3 g . Sal: 2,1 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 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Macarrones a la napolitana (tomate, queso rallado) 	Guisantes salteados con jamón 	Crema de verduras (judía verde, calabacín, puerro) 	Lentejas al estilo casero con chorizo 	Arroz blanco con tomate
Merluza empanada con ensalada 	Tortilla de patata con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Muslo de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y maíz 	Bacalao a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria 	Salchichas Frankfurt al horno con patatas fritas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Actimel 
Energía: 845 kcal . Lípidos: 55,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 10,0 g . Hidratos de carbono: 53,1 g . Azúcares: 17,5 g . Proteínas: 29,2 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.				
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
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 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
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.