

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y huevo	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Lentejas a la castellana	Pasta con tomate y atún	Arroz caldoso de pescado	Sopa casera de verduras con fideos	Hervido valenciano
Contramuslo de pollo asado en su jugo con brócoli salteado	Tortilla de patata con queso	Entremeses fríos	Merluza al horno con ajo y perejil con champiñón salteado	San Jacobo casero con pisto
Fruta	Fruta	Yogur desnatado natural	Fruta	Fruta
Energía: 651 kcal. Lípidos: 36,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g. Hidratos de carbono: 50,1 g. Azúcares: 16,7 g. Proteínas: 25,8 g. Sal: 2,4 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 771 kcal. Lípidos: 42,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,5 g. Hidratos de carbono: 60,8 g. Azúcares: 20,9 g. Proteínas: 31,7 g. Sal: 2,8 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.017 kcal. Lípidos: 58,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 10,1 g. Hidratos de carbono: 75,9 g. Azúcares: 24,6 g. Proteínas: 40,1 g. Sal: 3,6 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y remolacha	Ensalada de lechuga, tomate y huevo
Crema de zanahoria, cebolla y patata	Macarrones a la napolitana	Escudella	Alubias blancas con arroz	Arroz con tomate y huevo
Contramuslo de pollo al horno al limón	Abadejo en salsa de tomate con patata asada	Carn d'olla	Tortilla francesa con guisantes salteados	Merluza en salsa de tomate y pimienta
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado natural	Fruta
Energía: 735 kcal. Lípidos: 35,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 8,2 g. Hidratos de carbono: 61,8 g. Azúcares: 17,0 g. Proteínas: 36,2 g. Sal: 2,8 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 890 kcal. Lípidos: 43,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 10,1 g. Hidratos de carbono: 75,2 g. Azúcares: 21,6 g. Proteínas: 45,7 g. Sal: 3,4 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.210 kcal. Lípidos: 61,8 g. Ácidos Grasos Saturados: 14,0 g. Hidratos de carbono: 94,5 g. Azúcares: 26,2 g. Proteínas: 60,0 g. Sal: 4,3 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Ensalada de lechuga, tomate y huevo	Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Olleta alicantina con arroz	Pasta gratinada	Crema de zanahoria, cebolla y calabacín con picatostes	Sopa de cocido con fideos	Arroz caldoso de pescado
Nuggets de pollo al horno	Contramuslo de pollo asado en su jugo con calabacín a la plancha	Salmón encebollado con guisantes salteados	Garbanzos, carne y verdura del cocido	Revuelto de champiñones con loncha de queso
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 895 kcal. Lípidos: 58,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 10,4 g. Hidratos de carbono: 57,6 g. Azúcares: 19,9 g. Proteínas: 30,7 g. Sal: 2,3 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.008 kcal. Lípidos: 63,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 11,8 g. Hidratos de carbono: 66,7 g. Azúcares: 24,2 g. Proteínas: 37,8 g. Sal: 2,6 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.259 kcal. Lípidos: 79,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 14,0 g. Hidratos de carbono: 82,3 g. Azúcares: 28,2 g. Proteínas: 47,4 g. Sal: 3,4 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y atún	Ensalada de lechuga, tomate y huevo	Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Crema de calabacín	Arroz caldoso	Hervido de la región	Pasta a la carbonara	Lentejas con verduras
Albóndigas a la casera	Fogonero con salsa marinera con brócoli salteado	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Tortilla francesa con verduras salteadas	Croquetas de bacalao con champiñón salteado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado natural
Energía: 675 kcal. Lípidos: 36,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 10,1 g. Hidratos de carbono: 51,7 g. Azúcares: 16,4 g. Proteínas: 30,5 g. Sal: 2,7 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 821 kcal. Lípidos: 44,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 12,4 g. Hidratos de carbono: 60,7 g. Azúcares: 20,7 g. Proteínas: 39,5 g. Sal: 3,1 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. Energía: 1.089 kcal. Lípidos: 61,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 15,9 g. Hidratos de carbono: 76,5 g. Azúcares: 24,4 g. Proteínas: 50,6 g. Sal: 3,9 g. - - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 3-8 años con recomendaciones de 1.742 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 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. 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 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día. 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 3-8 años con recomendaciones de 1.742 Kcal/día.				
En todos los menús se incluye agua y pan.				