

COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 CELIACO



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa casera de pollo	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tantilla francesca con anceleda	Mayluma al bayya ay aslaa da			Deshure de nove e la nieneho
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Merluza al horno con ensalada	Pechuga de pavo a la plancha con patatas
6 00		200		ő
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 499 kcal . Lipidos: 19,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,4 g . H	Hidratos de carbono: 45,1 g . Azúcares: 14,9 g . Proteinas: 32,2 g . Sal	2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
1 LINEO 40	MARTEO 44	MIEDOOL EO 40	II IE) (EO 40	VIEDNEO 44
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate (*)	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Patatas al vapor	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Pechuga de pavo a la	Magro de cerdo a la jardinera	Pavo salteado con ajetes con
de lechuga y tomate	champiñon laminado	plancha con ensalada	(zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras	patatas
<u>() () () () () () () () () ()</u>		٥٥		Ö
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 360 kcal . Lípidos: 15,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,8 g . h	Hidratos de carbono: 31,0 g . Azúcares: 13,7 g . Proteinas: 20,7 g . Sal	0,7 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Patatas al vapor	Espaguettis a la boloñesa (*)
	8			
lamoncitos de pollo guisados en	Madema al bassa a consulada	Oneide complete	Tardilla formana and an annual ada	Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	Merluza al horno con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	con tomate con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 552 kcal . Lipidos: 26,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . h	Hidratos de carbono: 46,7 g . Azúcares: 16,7 g . Proteinas: 28,7 g . Sal	3,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
				\
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela (*)	Patatas al vapor	Paella de pescado		
Lomo adobado al horno con	Pechuga de pavo a la plancha	Tantilla da catata Francia da coista		
patatas	con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 351 kcal . Lipidos: 15,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,9 g . F	lidratos de carbono: 31,9 g . Azúcares: 9,5 g . Proteinas: 20,9 g . Sal:	1,2 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	limentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años o	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Francis Maldan Edd & Co. Co.	Later Control of the		2	
Energia: , Lipidos: , Acidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	: , Azucares: , Proteinas: , Sal; , - , Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2011	o para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2,279 Kcal/dia.	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	**		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 CR-M



LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
		3	00	00
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Garbanzos al estilo casero con zanahoria, cebolla y ajo	Palitos de merluza con ensalada	Pechuga de pavo a la plancha con patatas
Company and the second of the	2 Colonia con mix de verduras	2ananona, cesona y ajo	80000000000	© Con paratas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 453 kcal . Lipidos: 16,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . H	Hidratos de carbono: 46,6 g . Azúcares: 14,7 g . Proteinas: 25,7 g . Sal:	2,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas con verduras	Arroz con champiñones	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
¥		Ö	3	
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Merluza al pimenton con champiñon laminado	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada guarnición	Limanda al horno con lechuga	Pavo salteado con ajetes con patatas
(1)		30000000000		(3)
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 638 kcal . Lipidos: 42,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,7 g . F	Hidratos de carbono: 43,1 g . Azúcares: 15,6 g . Proteinas: 19,7 g . Sal:	1,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	allimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguettis con verduras
(6			
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Garbanzos al estilo casero con zanahoria, cebolla y ajo	Tortilla francesa con ensalada	Pavo salteado con ajetes con ensalada
	000000000000			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 460 kcal . Lipidos: 18,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,6 g . F	Hidratos de carbono: 45,1 g . Azúcares: 16,5 g . Proteínas: 25,3 g . Sal:	1,8 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	allimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Pasta con verduras	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
	3 6			
Merluza al horno con patatas	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
	•	(4)		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 329 kcal . Lipidos: 12,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,2 g . F	Hidratos de carbono: 32,7 g . Azúcares: 10,1 g . Proteinas: 19,6 g . Sal:	1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	l Ilimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono:	: . Azúcares: . Proteínas: . Sal; Valoración calculada según Docur	nento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2011	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	**		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN AVELLANA NI NUEZ



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de			Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Palitos de merluza con ensalada	con patatas
(1)			00000000000000000000000000000000000000	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . H	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 26,2 g . Sal:	2,4 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.
LUNEO 10	MADTEC 11	MICDOOL CO 10	ILIEVEO 12	VIEDNEC 14
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
¥				
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Nuggets de pollo con ensalada	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha
de lechuga y tomate	champiñon laminado	con ensalada guarnición	con verduras	con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 630 kcal . Lipidos: 43,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g . H	l Hidratos de carbono: 40,3 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 15,4 g . Sal:	1,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	l alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
Altoz a la cuballa	Crema de verduras	Sopa casera de polio	Lerriejas estoradas	Espaguetis boloriesa
<u>()</u>				
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada
	80000000000000000000000000000000000000			
	F.m.t-	Suits	For the	Variant
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
	tidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 24,3 g . Sal:			
Energia: 486 kcai , Lipidos: 23,4 g , Acidos Grasos Saturados: 6,6 g , f	ndratos de Carbono: 41,2 g . Azucares: 16,3 g . Proteinas: 24,3 g . Sai:	2,9 g Valoración calculada segun Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
Lomo adobado al horno con	Croquetas de jamón con			
patatas	ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
	9000000	(1)		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 320 kcal . Lipidos: 14,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . h	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal:	, 1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	ilmentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
	14.0750.4	NIEDOOLEO E		VIEDNES E
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono	: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.	
	- in done - an			
En todos los menús so	e incluye agua y pan.	₩		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN CRUSTACEO NI MOLUSCO



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
				20
Tortilla francesa con ensalada	Pechuga de pavo a la plancha			Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	con mix de verduras	Cocido completo	Lomo asado con ensalada	con patatas
(1)	ÖÖ			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 634 kcal . Lipidos: 29,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,7 g .	Hidratos de carbono: 53,5 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 33,5 g . Sal	2,6 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 año:	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz con champiñones	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
**		őő	* * * * * * * * * *	
Tortilla de patata con ensalada	Cinta de lomo de cerdo asada	Pechuga de pavo a la	Magro de cerdo a la jardinera	Hamburguesa mixta a la plancha
de lechuga y tomate	Cinta de iomo de cerdo asada	plancha con ensalada	(zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras	con patatas
	(3)	٥٥		
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 528 kcal . Lipidos: 28,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g .	Hidratos de carbono: 42,0 g . Azúcares: 14,4 g . Proteínas: 22,9 g . Sal	1,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 año:	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
	80		%	
Jamoncitos de pollo guisados en	Magro con tomate con ensalada	Casida complete	Tortilla francesa con ensalada	Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	wagro con tomate con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	con tomate con ensalada
	00			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 569 kcal . Lipidos: 30,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,9 g .	Hidratos de carbono: 41,5 g . Azúcares: 16,7 g . Proteínas: 29,7 g . Sal	3,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 año:	s con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.
LUNEO	MADTEO	MIEDOOL EO OC	II IE) (EO 07	VIEDNEO 00
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de verduras		
3		60 <u>6</u>		
Lomo adobado al horno con	Pechuga de pavo a la plancha	Tortilla de patata Ensalada mixta		
patatas	con ensalada			
		(6)		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 396 kcal . Lipidos: 21,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,7 g .	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,9 g . Proteínas: 17,0 g . Sal:	1,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	límentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.
LUNEC 2	MADTEC 4	MICDOOL CO. F.	ILIEVES S	VIEDNES 7
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	o: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.	
En todos los menús s	e incluye agua y pan.	₹		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN FRUCTOSA



LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Acelgas al estilo casero	Arroz blanco hervido (*)	Sopa de pollo con fideos	Brócoli al estilo casero	Espirales de colores a la italiana
		3 6		
Tortilla francesa con lechuga	Merluza al horno	Pavo salteado con ajo y perejil y	Palitos de merluza con lechuga	Hamburguesa mixta a la plancha
760		espárragos verdes	80000000000000000000000000000000000000	con patatas
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural
•		•	•	n
ergia: 452 kcal . Lipidos: 20,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g . H	Hidratos de carbono: 40,7 g . Azúcares: 13,9 g . Proteínas: 25,5 g . Sal:	2,2 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones blancos hervidos con aceite de oliva	Coliflor al estilo casero	Arroz con champiñones	Patatas al vapor	Berenjena a la plancha
con aceite de oliva		Ö		
Fortilla de patata con lechuga	Merluza al pimenton con	Nuggets de pollo con lechuga	Limanda al horno con lechuga	Hamburguesa mixta a la
\ <u>\</u>	champiñon laminado			plancha con patatas
F	- Contractor	Sucta auto	Funta auto	Variation and a section of
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural
rgia: 690 kcal . Lipidos: 46,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,0 g . I	Hidratos de carbono: 45,8 g . Azúcares: 16,0 g . Proteinas: 20,7 g . Sal:	1,7 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 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21 Espaguettis hervidos con
Arroz blanco hervido (*)	Berenjena a la plancha	Sopa casera de pollo	Patatas al vapor	aceite de oliva
amoncito de pollo asado con	Palitos de merluza con lechuga	Contramuslo de pollo a la	Tortilla francesa con lechuga	Pavo salteado con ajetes
patatas	80000000000	plancha		
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural
				0
			alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Patatas al vapor	Paella de pescado		
			II .	
	Croquetas de jamón con lechuga	Tortilla de patata con lechuga		
patatas		Tortilla de patata con lechuga		
patatas				
patatas				
patatas Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	ilimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	on recomendaciones de 2,279 Kcal/dia.
Fruta apta	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Pruta apta	Fruta apta	Fruta apta	limentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	on recomendaciones de 2,279 Kcal/dia. VIERNES 7
patatas Fruta apta Fruta apta Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta rgla: 320 kcal , Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta rgla: 320 kcal , Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azücares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al		
patatas Fruta apta Fruta apta rgia: 320 kcal , Lipidos: 14,3 g , Acidos Grasos Saturados: 3,1 g , F LUNES 3	Fruta apta Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal: 1 MARTES 4	Fruta apta Fruta bata 1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	JUEVES 6	



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN FRUTOS DE CASCARA NI CACAHUETE



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
				\bigcirc
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de	Cooldo complete	Palitos de merluza con ensalada	Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Cocido completo		con patatas
			80000000000	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . H	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteinas: 26,2 g . Sal:	2,4 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 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
	Alubias blancas estofadas			Crema de calabaza
Macarrones con tomate	Alubias biaricas estoladas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de Calabaza
<u>#</u>			Magra da cardo a la jardinara	
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Merluza al pimenton con champiñon laminado	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada guarnición	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
A A A A A A A A A A A A A A A A A A A			con verduras	
F .	F .	F .	F .	· · ·
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 630 kcal . Lipidos: 43,9 g . Acidos Grasos Saturados: 7,1 g . F	Hidratos de carbono: 40,3 g . Azúcares: 16,0 g . Proteinas: 15,4 g . Sal:	1,0 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/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
		The second second		
lamoncitos de pollo guisados en				Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de menuza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	con tomate con ensalada
	9000000000			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 486 kcal . Lipidos: 23,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g . F	Hidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteinas: 24,3 g . Sal:	2,9 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 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
			30LVL0 27	VILITIALO 20
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
4 6	3 6			
Lomo adobado al horno con patatas	Croquetas de jamón con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
	MACON A	6 50		
	- COUNTY			
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 320 kcal . Lipidos: 14,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . H	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 15,7 g . Sal:	1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	limentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años o	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono:	: . Azúcares; . Proteínas; . Sal; Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	0 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2,279 Kcal/dia,	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	3		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN FRUTOS DE CASCARA



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de			Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Palitos de merluza con ensalada	con patatas
(1)			00000000000000000000000000000000000000	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . H	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 26,2 g . Sal:	2,4 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.
LUNEO 10	MADTEC 11	MICDOOL CO 10	ILIEVEO 12	VIEDNEC 14
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
¥				
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Nuggets de pollo con ensalada	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha
de lechuga y tomate	champiñon laminado	con ensalada guarnición	con verduras	con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 630 kcal . Lipidos: 43,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g . H	l Hidratos de carbono: 40,3 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 15,4 g . Sal:	1,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	l alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
Altoz a la cuballa	Crema de verduras	Sopa casera de polio	Lerriejas estoradas	Espaguetis boloriesa
<u>()</u>				
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada
	80000000000000000000000000000000000000			
	F.m.t.	Suits	For the	Variant
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
	tidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 24,3 g . Sal:			
Energia: 486 kcai , Lipidos: 23,4 g , Acidos Grasos Saturados: 6,6 g , f	ndratos de Carbono: 41,2 g . Azucares: 16,3 g . Proteinas: 24,3 g . Sai:	2,9 g Valoración calculada segun Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
Lomo adobado al horno con	Croquetas de jamón con			
patatas	ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
	9000000	(1)		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 320 kcal . Lipidos: 14,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . h	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal:	, 1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	ilmentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
	14.0750.4	NIEDOOLEO E		VIEDNES E
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono	: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.	
	- in done - an			
En todos los menús so	e incluye agua y pan.	₩		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN HUEVO-PESCADO-MARISCO



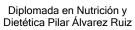
SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa casera de pollo	Crema de verduras	Macarrones a la italiana
Contramuslo de pollo a la	5		U ⁹	
plancha con ensalada lechuga,	Pechuga de pavo a la plancha con mix de verduras	Cocido completo	Lomo asado con ensalada	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
zanahoria v olivas	50		රිරි	
.	F .	F .	F .	· ·
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 562 kcal . Lipidos: 26,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . F	Hidratos de carbono: 46,2 g . Azúcares: 15,1 g . Proteinas: 29,9 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	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz con champiñones	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
Madarrondo don tomato	A labias biarisas sotoraas	7 troz den diampinenes	Zoniojao obioladao	Croma do Galabaza
3			Magra do cordo a la jardinara	
Pavo salteado con ajetes con ensalada de lechuga y tomate	Cinta de lomo de cerdo asada	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
A		A planting continuation	con verduras	
	49	₹		
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 525 kcal . Lipidos: 26,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,9 g . h	l Hidratos de carbono: 39,8 g . Azúcares: 14,3 g . Proteínas: 27,9 g . Sal:	1,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz con tomate	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguettis con verduras
	6			
Jamoncitos de pollo guisados en	Magro con tomate con ensalada	Cocido completo	Pavo salteado con ajetes con	Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	133		ensalada	con tomate con ensalada
	(00)			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 579 kcal . Lipidos: 27,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . F	Hidratos de carbono: 48,2 g . Azúcares: 17,9 g . Proteínas: 30,6 g . Sal:	2,8 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 24	MADTES 25	MIEDOOLES 26	IIIEVES 27	VIEDNES 29
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela (*)	Lentejas estofadas	Paella de verduras		
•	3	60	-	
Lomo adobado al horno con	Pechuga de pavo a la plancha	Contramuslo de pollo al ajillo		
patatas	con ensalada	Ensalada mixta		
	Ö			
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 348 kcal . Lipidos: 18,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,9 g . F	Hidratos de carbono: 29,3 g . Azúcares: 9,8 g . Proteínas: 15,3 g . Sal: (),7 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años e	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lípidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 20º	10 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.	
En todos los menús so	e incluye agua y pan.	**		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN HUEVO



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa casera de pollo	Crema de verduras	Macarrones a la italiana
Contramuslo de pollo a la	Maylum al have an asles de		U	
plancha con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Merluza al horno con ensalada	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
Zarianona y olivas		2000		
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
, rutu	Trutu	Truttu	Trutta	roguit
Energia: 489 kcal , Lipidos: 19,7 g , Ácidos Grasos Saturados: 5,2 g ,	Hidratos de carbono: 46,7 g . Azúcares: 15,1 g . Proteinas: 27,1 g . Sal	2,2 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 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
*				
Pavo salteado con ajetes con	Merluza al pimenton con	Pechuga de pavo a la plancha	Magro de cerdo a la jardinera	Hamburguesa mixta a la plancha
ensalada de lechuga y tomate	champiñon laminado	con ensalada guarnición	(zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras	con patatas
ó p		ő	\$\$	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 371 kcal . Lipidos: 16,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g .	Hidratos de carbono: 30,0 g . Azúcares: 13,9 g . Proteinas: 22,9 g . Sal	0,6 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 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz con tomate	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguettis con verduras
Jamoncitos de pollo guisados en				Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	Merluza al horno con ensalada	Cocido completo	Limanda al horno con ensalada	con tomate con ensalada
		₽0⊘		
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 491 kcal , Lipidos: 20,9 g , Ácidos Grasos Saturados: 5,4 g , l	Hidratos de carbono: 47,7 g . Azúcares: 17,4 g . Proteinas: 24,5 g . Sal	2,8 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 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela (*)	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
Lomo adobado al horno con	Pechuga de pavo a la plancha	Contramuslo de pollo al ajillo		
patatas	con ensalada	Ensalada mixta		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 365 kcal . Lipidos: 18,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,1 g . I	Hidratos de carbono: 29,5 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 17,9 g . Sal:	1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años o	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
- -				
Energia: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono	o: , Azúcares: , Proteinas: , Sal: , - , Valoración calculada semin Dacu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 20	10 para un niño de 9-13 años con recomendarinnes de 2.279 . Keal/dia	
Caroni				
En todos los menús s	e incluye agua y pan.	**		





COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN LECHE-LEGUMBRE-FRUTOS DE CASCARA



LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Acelgas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras (*)	Macarrones a la italiana
		3 0		*
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Pavo salteado con ajo y perejil y espárragos verdes	Merluza al horno con ensalada	Pechuga de pavo a la plancha con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 555 kcal . Lipidos: 29,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,2 g . H	 Hidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,6 g . Proteinas: 29,7 g . Sal:	2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	 alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Coliflor al estilo casero	Arroz con champiñones	Patatas al vapor	Crema de calabaza
	Ö	Ó COMPANDA DE LA COMPANDA DEL COMPANDA DE LA COMPANDA DEL COMPANDA DE LA COMPANDA		
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Merluza al pimenton con champiñon laminado	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Pavo salteado con ajetes con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 420 kcal , Lipidos: 21,4 g , Ácidos Grasos Saturados: 5,0 g , F	lidiratos de carbono: 38,7 g . Azúcares: 15,8 g . Proteinas: 16,1 g . Sal:	1,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	allimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras (*)	Sopa casera de pollo	Patatas al vapor	Espaguettis con verduras
Jamoncito de pollo asado con patatas	Merluza al horno con ensalada	Contramuslo de pollo a la plancha	Tortilla francesa con ensalada	Pavo salteado con ajetes con ensalada
50		pianena		
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 442 kcal . Lipidos: 19,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . F	lidratos de carbono: 38,4 g . Azúcares: 16,8 g . Proteínas: 26,4 g . Sal:	2,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la :	allimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Patatas al vapor	Paella de pescado		
Lomo al horno con patatas	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
¢°¢		(A) (B)		
Fruta	Fruta	Fruta	-	
	lidiratos de carbono: 31,5 g . Azúcares: 9,8 g . Proteinas: 17,8 g . Sal: 1			con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono:	: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: Valoración calculada según Docun	nento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2011	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2,279 Kcal/dia,	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.			



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN LECHE



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras (*)	Macarrones a la italiana
A sound blambas at sound saccing	, 1102 Sidilios SSII (SIIIdio	Copa de pone con naces		dod.ror.oo d id idaildrid
9		3 0		3
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Garbanzos al estilo casero con zanahoria, cebolla y ajo	Merluza al horno con ensalada	Pechuga de pavo a la plancha con patatas
Rechtuga, Zahlahoha y olivas		Zananona, cebona y ajo		COII patatas
				(QQ)
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 563 kcal . Lipidos: 25,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,7 g . F	Hidratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 27,2 g . Sal:	2,6 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcai/día.
LUNEO 40	MARTEO	MIEDOOLEO 40	W.E.V.E.O. 4.0	VIEDNEO 44
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz con champiñones	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
y				
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Pechuga de pavo a la	Magro de cerdo a la jardinera	Pavo salteado con ajetes con
de lechuga y tomate	champiñon laminado	plancha con ensalada	(zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras	patatas
		50	6 Con verduras	o constant of the constant of
Fruta	Eruto	Fruta	Fruta	Fruta
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 469 kcal . Lipidos: 23,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . H	Hidratos de carbono: 41,6 g . Azúcares: 16,0 g . Proteinas: 18,3 g . Sal:	1,2 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguettis con verduras
6	6			3
lamoncitos de pollo guisados en	Merluza al horno con ensalada	Garbanzos al estilo casero con	Tortilla francesa con ensalada	Pavo salteado con ajetes con
salsa hortelana (*) con patatas	Menuza ai nomo con ensaiada	zanahoria, cebolla y ajo	Tortina trancesa con ensalada	ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia: 500 kcal . Lipidos: 20.0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3.9 g . h	Hidratos de carbono: 47.3 g . Azúcares: 18.3 g . Proteinas: 29.0 g . Sal:	2,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
½ (6)				
Lomo al horno con patatas	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
× ·				
<u> </u>				
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 456 kcal . Lipidos: 27,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,0 g . F	I Hidratos de carbono: 31,3 g . Azúcares: 9,8 g . Proteinas: 17,9 g . Sal:	,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	l imentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años o	I con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
LUNLO 3	IVIANTES	WILKCOLLS	JOLVES	VILINILO /
Provider Medical End of the Committee of	Andrews Breathan 21 Miles			
Energia: , Lipidos: , Acidos Grasos Saturados; , Hidratos de carbono	: , Azucares: , Proteinas: , Sal; , - , Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010	para un nino de 9-13 anos con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	**		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN LENTEJAS



SERAL				- 0
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de			Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Palitos de merluza con ensalada	con patatas
(1)			00000000000000000000000000000000000000	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . I	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 26,2 g . Sal:	2,4 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/dia.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
			JOE VES 15	
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Patatas al vapor	Crema de calabaza
*				
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Merluza al pimenton con champiñon laminado	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada guarnición	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
As a rectingary tomate	Champinon laminado		con verduras	MANA A
<u>-</u>	_		_	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 681 kcal . Lípidos: 45,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,3 g . I	Hidratos de carbono: 47,4 g . Azúcares: 17,5 g . Proteínas: 16,8 g . Sal:	1,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la $\ensuremath{\mathbf{a}}$	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Patatas al vapor	Espaguetis boloñesa
Jamoncitos de pollo guisados en				Salchichas Frankfurt al horno
salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	con tomate con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 536 kcal . Lípidos: 24,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,7 g . I	Hidratos de carbono: 48,3 g . Azúcares: 17,8 g . Proteínas: 25,7 g . Sal:	3,1 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/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
			00212027	VIET (1120 20
Fideos a la cazuela	Patatas al vapor	Paella de pescado		
3 (4)				
Lomo adobado al horno con patatas	Croquetas de jamón con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
₽ ∩ ∅		6 55		
Fruta	Eruto	Fruta		
Fluta	Fruta	Fluta		
Engratu 274 km Haidari 45 6 a Áridar Gracar Saturadari 2.2 a l	Hidrator do carbono 28 2 a Amicarco 11 1 a Brotologo 17 1 a Sala	1,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en les Centres Educatives 2010 para un niño de 0.12 años es	con recomendaciones de 2.370 Vestidás
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	I . Azúcares: , Proteínas: , Sal: , - , Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	I O para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.	
En todos los menús s	e incluve agua v pan.	**		
	····)5-m / Fm···	7		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN MERLUZA



S 7 s a la italiana a la plancha as b 14 abaza a la plancha as c 21 loñesa
a la plancha as 14 abaza a la plancha as
as 14 abaza a la plancha as
as 14 abaza a la plancha as
as 14 abaza a la plancha as
a la plancha as
as '
as '
5 21
S 21
S 21
loñesa
ioriosa
urt al horno
ensalada
S 28
20
S 7



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN NUEZ



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de			Hamburguesa mixta a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Palitos de merluza con ensalada	con patatas
(1)			00000000000000000000000000000000000000	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . H	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 26,2 g . Sal:	2,4 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.
LUNEO 10	MADTEC 11	MICDOOL CO 10	ILIEVEO 12	VIEDNES 14
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
¥				
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Nuggets de pollo con ensalada	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha
de lechuga y tomate	champiñon laminado	con ensalada guarnición	con verduras	con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 630 kcal . Lipidos: 43,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g . H	l Hidratos de carbono: 40,3 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 15,4 g . Sal:	1,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	l alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
Altoz a la cuballa	Crema de verduras	Sopa casera de polio	Lerriejas estoradas	Espaguetis boloriesa
<u>()</u>				
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada
	80000000000000000000000000000000000000			
	F.m.t-	Suits	For the	Variant
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 486 kcal . Lipidos: 23,4 g . Acidos Grasos Saturados: 6,6 g . F	Hidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteinas: 24,3 g . Sal:	2,9 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/dia.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
Lomo adobado al horno con	Croquetas de jamón con			
patatas	ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
	9000000			
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 320 kcal , Lipidos: 14,3 g , Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g , h	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteinas: 15,7 g . Sal:	,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	limentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: Valoración calculada según Docu	mento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	0 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	**		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025 SIN POLLO NI CERDO



SERAL				
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de verduras con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada	Merluza al horno en salsa de	Carbanzas al actila casara con		Pechuga de pavo a la plancha
lechuga, zanahoria y olivas	zanahoria con mix de verduras	Garbanzos al estilo casero con zanahoria, cebolla y ajo	Palitos de merluza con ensalada	con patatas
60			800000000000	O CO
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Tuta	Truta	. Tuta	. Truta	roguit
Engels 425 kgs. Higher 45.2 a. Áridas Gescas Saturadas 2.0 a. l	Hidrator do carbonos 42 f.m. Amicarcos 14 f.m. Dratolover 24 f.m. Cali	2,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	limentación en les Centres Educatives 2010 nara un niño de 0.12 años	con recommendationer de 7 370 Keylidia
		2, 1 g Tutoriación carcanada Jegan Documento de Consenso Sobre la c		contributions of 2,277 reducing.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas con verduras	Arroz con champiñones	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
¥				
Tortilla de patata con ensalada	Merluza al pimenton con	Pechuga de pavo a la plancha		Pavo salteado con ajetes con
de lechuga y tomate	champiñon laminado	con ensalada guarnición	Limanda al horno con lechuga	patatas
		\$		\$
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 380 kcal , Lipidos: 15,6 g , Ácidos Grasos Saturados: 2.5 ø .	Hidratos de carbono: 35,1 g . Azúcares: 13,6 g . Proteinas: 23.4 o Sal-	1,2 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de verduras	Lentejas estofadas	Espaguettis con verduras
	80	<i>్</i> స్ట్రా		
		Garbanzos al estilo casero con	T .: 11 6	Pavo salteado con ajetes con
Huevos plancha con patatas	Palitos de merluza con ensalada	zanahoria, cebolla y ajo	Tortilla francesa con ensalada	ensalada
	3000000000000000000000000000000000000			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
Energia: 500 kcal , Lipidos: 22,5 g , Ácidos Grasos Saturados: 4,2 g , i	Hidratos de carbono: 45,7 g . Azúcares: 16,6 g . Proteinas: 25,0 g . Sal:	2,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNEO	MARTEORE	MIEDOOL EO 00	II IEV (EO 07	VIEDNES OS
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Pasta con verduras	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
	3			
Merluza al horno con patatas	Pechuga de pavo a la plancha	Tortilla de patata Ensalada mixta		
Monaza di nomo con patatao	con ensalada			
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 329 kcal . Lipidos: 12,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,2 g . i	Hidratos de carbono: 32,7 g . Azúcares: 10,1 g . Proteinas: 19,6 g . Sal:	1,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
LONES 3	WANTES	WILKCOLLS	JOLVES	VILINILS /
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono	I	 nento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2016	I O para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.	
En todos los manús s	e incluye agua y pan.	X		
En codos tos menus s		ૐ		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025



SERAL				
MONDAY 3	TUESDAY 4	WEDNESDAY 5	THURSDAY 6	FRIDAY 7
Homestyle white bean stew	Rice with tomato sauce	Homemade chicken noodle soup	Crema de verduras	Tri-colour fusilli with tomato
				00
rench omelet with olive, carrot,	Baked hake in carrot sauce con		HAKE STICKS Salad	Grilled hamburger
and lettuce salad	mix de verduras	Siew	SOUND CONTRACTOR	
Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Low-fat plain yoghurt
				0
ergy: 526 kcal . Lipids: 21,1 g . Saturated Fatty Acids: 5,9 g . Carb	ohydrates: 53,7 g . Sugar: 15,0 g . Protein: 26,2 g . Salt: 2,4 g Nuti	ritional evaluation for an adult with a recommended caloric intake of 2,	000 Kcal/day. R EU 1169/2011	
MONDAY 10	TUESDAY 11	WEDNESDAY 12	THURSDAY 13	FRIDAY 14
Macaroni with tomato sauce	White bean stew	Rice three delights	Sned lentils	Pumpkin cream
¥			%	
Potato omelet Lettuce and	Sprocket hake with laminated	with salad	Lean pork to the gardener con	Grilled hamburger
tomato salad	mushroom		verduras	
Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Low-fat plain yoghurt
				0
ergy: 630 kcal . Lipids: 43,9 g . Saturated Fatty Acids: 7,1 g . Carb	ohydrates: 40,3 g . Sugar: 16,0 g . Protein: 15,4 g . Salt: 1,0 g Nutr	ritional evaluation for an adult with a recommended caloric intake of 2,	000 Kcal/day. R EU 1169/2011	
MONDAY 17	TUESDAY 18	WEDNESDAY 19	THURSDAY 20	FRIDAY 21
Cuban-style rice	Vegetable cream soup	Homemade poultry soup	Sned lentils	Espaguetis boloñesa
3	80 <u>6</u>			
nicken ham in vegetable sauce	HAKE STICKS Salad	Stew	French omelet Salad	Baked Frankfurter with toma
	SOC		Trendrometer datad	Salad
Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Low-fat plain yoghurt
				0
ergy: 486 kcal . Lipids: 23,4 g . Saturated Fatty Acids: 6,6 g . Carb	ohydrates: 41,2 g . Sugar: 16,3 g . Protein: 24,3 g . Salt: 2,9 g Nuti	ritional evaluation for an adult with a recommended caloric intake of 2,	000 Kcal/day. R EU 1169/2011	
MONDAY 24	TUESDAY 25	WEDNESDAY 26	THURSDAY 27	FRIDAY 28
Noodle casserole	Sned lentils	Fish paella		
	¥ 6			
Marinated pork loin	Croquettes Salad	Potato omelet		
Fruit	Fruit	Fruit		
ergy: 320 kcal . Lipids: 14,3 g . Saturated Fatty Acids: 3,1 g . Carb	ohydrates: 31,1 g . Sugar: 9,6 g . Protein: 15,7 g . Salt: 1,1 g Nutri	tional evaluation for an adult with a recommended caloric intake of 2,0	00 Kcal/day. R EU 1169/2011	
MONDAY 3	TUESDAY 4	WEDNESDAY 5	THURSDAY 6	FRIDAY 7
rgy: , Lipids: , Saturated Fatty Acids: , Carbohydrates: , Sugar	. Protein: . Salt: Nutritional evaluation for an adult with a recon	mended caloric intake of 2,000 Kcal/day, R EU 1169/2011		



COLEGIO SAN HERMENEGILDO FEBRERO 2025



LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Alubias blancas al estilo casero	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	Espirales de colores a la italiana
		3 6	00	00
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras	Cocido completo	Palitos de merluza con ensalada	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
Company analisma y silvas	2 Colonia Con mix de verduras	8080 6	00000000000	Para Con para Las
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				0
Energia: 526 kcal . Lipidos: 21,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . F	Hidratos de carbono: 53,7 g . Azúcares: 15,0 g . Proteínas: 26,2 g . Sal:	2,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	allimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Macarrones con tomate	Alubias blancas estofadas	Arroz tres delicias	Lentejas estofadas	Crema de calabaza
**			3 6	-
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate	Merluza al pimenton con champiñon laminado	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada quarnición	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento)	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
		8000000000000000000000000000000000000	con verduras	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
				n
Energia: 630 kcal . Lipidos: 43,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g . H	lidratos de carbono: 40,3 g . Azúcares: 16,0 g . Proteínas: 15,4 g . Sal:	1,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Arroz a la cubana	Crema de verduras	Sopa casera de pollo	Lentejas estofadas	Espaguetis boloñesa
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas	Palitos de merluza con ensalada	Cocido completo	Tortilla francesa con ensalada	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada
Same in the same () compared to	BOUSOOKO ®®			
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
			-	
Energia: 486 kcal . Lipidos: 23,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g . F	lidratos de carbono: 41,2 g . Azúcares: 16,3 g . Proteínas: 24,3 g . Sal:	2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la a	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela	Lentejas estofadas	Paella de pescado		
¥ (0)				
Lomo adobado al horno con patatas	Croquetas de jamón con ensalada	Tortilla de patata Ensalada mixta		
Fruta	Fruta	Fruta		
Energia: 320 kcal . Lipidos: 14,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,1 g . F	Hidratos de carbono: 31,1 g . Azúcares: 9,6 g . Proteínas: 15,7 g . Sal: 1	,1 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la al	limentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años c	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Energia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carhono:	: . Azúcares: . Proteinas: . Sal: Valoración calculada septim Docum	nento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	D para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Keal/dia	
En todos los menús se	e incluye agua y pan.	3		