






















**MENU DEL 29 DE ABRIL AL 31 DE MAYO DE 2019 / DUDUA 601187112- ADMINISTRACION 609644571 / CLASE RAQUEL Y TOÑI**

ALMUERZOS QUESO	ALMUERZOS PERA	ALMUERZOS FRUTA DE PETIT PARA CHUPAR	ALMUERZOS YOGURT BEBIDO	ALMUERZOS KIWI
MERIENDAS BOCADILLO	MERIENDAS YOGUR+ROSQUILLETAS	MERIENDAS BOCADILLO	MERIENDAS GALLETAS DULCE + PLATANO	MERIENDAS BOCADILLO
LUNES 29  FRUTA  FESTIVO	MARTES 30 YOGUR/KEFIR ARROZ MELOSO DE POLLO CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO 	MIÉRCOLES 1 FRUTA  FESTIVO	JUEVES 2 FRUTA GUISADO DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA 	VIERNES 3 YOGUR/KEFIR PURE DE ZANAHORIAS LONGANIZAS AL HORNO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL 
LUNES 6 FRUTA ARROZ MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO 	MARTES 7 YOGUR/KEFIR GUISADO DE POLLO CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA PURÉ DE VERDURAS CON POLLO 	MIÉRCOLES 8 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL 	JUEVES 9 FRUTA PURÉ DE CALABACIN CROQUETAS* DE PESCADO  ADAPTACION PROGRESIVA Y AULAS 0-1 AÑOS PURE DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO	VIERNES 10 YOGUR/KEFIR PASTA ITALIANA CON SALSA BOLOÑESA DE TERNERA ADAPTACION PROGRESIVA SEMOLA TRIGO CON TERNERA Y VERDURAS 
LUNES 13 FRUTA CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL O AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA 	MARTES 14 YOGUR/KEFIR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL Sin alérgenos ni aditivos	MIÉRCOLES 15 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL 	JUEVES 16 FRUTA PASTA ITALIANA CON BOLOÑESA DE MERLUZA Y VERDURAS  ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA TRIGO CON MERLUZA Y VERDURAS	VIERNES 17 YOGUR/KEFIR ARROZ MELOSO DE VERDURAS Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: SEMOLA DE TRIGO CON MAGRO Y VERDURAS 
LUNES 20 FRUTA ARROZ MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y MERLUZA 	MARTES 21 YOGUR/KEFIR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO 	MIÉRCOLES 22 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL 	JUEVES 23 FRUTA PASTA ITALIANA EN SALSA BOLOÑESA DE MERLUZA Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA SÉMOLA TRIGO CON VERDURAS Y MERLUZA 	VIERNES 24 YOGUR/KEFIR PURÉ DE VERDURAS TERNERA PICADA GUISADA CON CEBOLLA ADAPTACION PROGRESIVA IGUAL 
LUNES 27 FRUTA CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL O AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA 	MARTES 28 YOGUR/KEFIR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL Sin alérgenos ni aditivos	MIÉRCOLES 29 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL O AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CARNE CERDO O POLLO 	JUEVES 30 FRUTA PURE DE CALABACIN CROQUETAS DE PESCADO ADAPTACION PROGRESIVA Y AULAS 0-1 AÑOS PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO 	VIERNES 31 YOGUR/KEFIR PASTA ITALIANA CON SALSA BOLOÑESA DE CARNE TERNERA ADAPTACION PROGRESIVA: SEMOLA TRIGO CON TERNERA Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CARNE CERDO O POLLO 



RECOMENDACIONES NUTRICIONALES PARA DESAYUNOS CENAS Y FINES DE SEMANAS



<b>DESAYUNO</b>	Leche con pan y aceite	Batido de frutas (no ácidas) y leche con galletas	Zumo y tostada con aceite	Leche con bizcocho	Yogurt con avena
<b>SEMANA 1</b>					
<b>COMIDA</b>	Guisado de merluza	Arroz meloso con pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Guisado de merluza	Puré de zanahorias y longanizas al horno
<b>CENA</b>	Tortilla de patata con rollitos de jamón york Fruta	Cuscús de pepino y lenguado a la plancha Yogurt	Consomé con huevo escalfado Yogurt	Guisantes salteados con verduras Fruta	Revuelto con chorizo Fruta
<b>SEMANA 2</b>					
<b>COMIDA</b>	Arroz meloso de pescado	Guisado de pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Puré de calabacín y merluza guisada	Pasta con boloñesa de pollo
<b>CENA</b>	Hervido Valenciano Tortilla francesa Fruta	Puré de patatas con salmonetes fritos Yogurt	Huevos rellenos de ensalada de arroz Yogurt	Habitas baby con jamón Fruta	Revuelto con guisantes y picatostes Fruta
<b>SEMANA 3</b>					
<b>COMIDA</b>	Crema Zanahorias y merluza guisada	Arroz meloso con pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Pasta italiana con boloñesa de merluza	Arroz meloso de magro
<b>CENA</b>	Tortilla Francesa con ensalada de tomate y queso fresco Fruta	Dados de patata y calabaza frita con rape guisado Yogurt	Huevo pasado por agua con bastones de zanahoria Yogurt	Sopa de estrellas con garbanzos Fruta	Revuelto de huevo y gambas Fruta
<b>SEMANA 4</b>					
<b>COMIDA</b>	Arroz meloso de pescado	Guisado de Pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Guisado de merluza	Puré de verduras con picada de pollo
<b>CENA</b>	Tortilla de zanahoria rallada y queso Fruta	Salmon con zumo de naranja y pasas Yogurt	Huevo duro con judías Yogurt	Espinacas salteadas con pasas Fruta	Revuelto con espárragos Fruta
<b>SABADO</b>			<b>DOMINGO</b>		
<b>COMIDA</b>	Ensalada de legumbres		Humus y Pizza		
<b>CENA</b>	Crema Alicia con picatostes		Revuelto de huevo con verduras		