

MENU DEL 29 DE ABRIL AL 31 DE MAYO DE 2019 / DUDUA 601187112- ADMINISTRACION 609644571 / CLASE CLARA Y VICKY

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

-  Huevos
  Lácteos
  Gluten
  Soja
  Sulfitos
  Altramuces
  Frutos cascara
  Apio
  Sésamo
  Moluscos
  Crustáceos
  Cacahuete

RECOMENDACIONES NUTRICIONALES PARA DESAYUNOS CENAS Y FINES DE SEMANAS



DESAYUNO	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
SEMANA 1					
COMIDA	Guisado de merluza	Arroz meloso con pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Guisado de merluza	Puré de zanahorias y longanizas al horno
CENA	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
SEMANA 2					
COMIDA	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
CENA	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
SEMANA 3					
COMIDA	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
CENA	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
SEMANA 4					
COMIDA	Arroz meloso de pescado	Guisado de Pollo	Lentejas con albóndigas de pollo y magro	Guisado de merluza	Puré de verduras con picada de pollo
CENA	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
SABADO			DOMINGO		
COMIDA	Ensalada de legumbres		Humus y Pizza		
CENA	Crema Alicia con picatostes		Revuelto de huevo con verduras		