

ALMUERZOS PERA	ALMUERZOS GALLETAS SALADA	ALMUERZOS PETIT DE CHUPAR	ALMUERZOS FIAMBRE (LIBRE)	ALMUERZOS PLÁTANO
MERIENDAS BOCATA	MERIENDAS FRUTA LIBRE	MERIENDAS PAN CON ACEITE	MERIENDAS YOGURT + GALLETA	MERIENDAS BRICK DE LECHE + ROSQUILLETAS
<b>LUNES 2</b> ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO	<b>MARTES 3</b> FRUTA GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	<b>MARTES 3</b> YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	<b>MIÉRCOLES 4</b> FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	<b>MARTES 3</b> YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL
<b>LUNES 9</b> CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL O <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA	<b>MARTES 10</b> FRUTA ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	<b>MARTES 10</b> YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	<b>MIÉRCOLES 11</b> FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	<b>MARTES 10</b> YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO
<b>LUNES 16</b> ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO	<b>MARTES 17</b> FRUTA GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	<b>MARTES 17</b> YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	<b>MIÉRCOLES 18</b> FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	<b>MARTES 17</b> YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL
<b>LUNES 23</b> CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL O <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA	<b>MARTES 24</b> FRUTA ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	<b>MARTES 24</b> YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	<b>MIÉRCOLES 25</b> FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> IGUAL <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	<b>MARTES 24</b> YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO
<b>LUNES 30</b> FRUTA ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS <b>ADAPTACION PROGRESIVA:</b> SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO <b>AULA 0-1 AÑOS:</b> PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO				

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		