

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
LUNES 2 ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO	MARTES 3 FRUTA GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	MARTES 3 YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	MIÉRCOLES 4 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	MARTES 3 YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL
LUNES 9 CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL O AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA	MARTES 10 FRUTA ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	MARTES 10 YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	MIÉRCOLES 11 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	MARTES 10 YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO
LUNES 16 ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO	MARTES 17 FRUTA GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	MARTES 17 YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL	MIÉRCOLES 18 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	MARTES 17 YOGUR GUISADO DE POLLO DE CORRAL CON PATATAS Y VERDURAS AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON POLLO DE CORRAL
LUNES 23 CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL O AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA	MARTES 24 FRUTA ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	MARTES 24 YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	MIÉRCOLES 25 FRUTA GUISADO DE LENTEJAS SIN PIEL Y VERDURAS CON ALBONDIGAS CASERAS TERNERA Y MAGRO ADAPTACION PROGRESIVA: IGUAL AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON CERDO/POLLO	MARTES 24 YOGUR ARROZ DE POLLO CORRAL CON VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO
LUNES 30 FRUTA ARROZ_MELOSO DE PESCADO Y VERDURAS ADAPTACION PROGRESIVA: SÉMOLA DE ARROZ CON VERDURAS Y PESCADO BLANCO AULA 0-1 AÑOS: PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO BLANCO				

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		