MENU INFANTIL TRITURADOS

JUNIO

Del 02 de Junio al 20 de Junio

LUNES-02	MARTES-03	MIÉRCOLES-04	JUEVES-05	VIERNES-06
Sémola de trigo con lomo y verduras Papilla de naranja y pera	Puré de patata y merluza Yogurt blanco	Puré de verduras y pavo Papilla de avena y plátano	Triturado de garbanzos con verduras y pollo Papilla de manzana y kiwi	Sémola de arroz con merluza y verduras Papilla de plátano y manzana
Papilla de manzana y plátano	Papilla de pera y naranja	Papilla de manzana y pera	Yogurt blanco	Papilla de kiwi y pera
LUNES-09	MARTES-10	MIÉRCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13
Puré de lentejas con pollo y verduras Papilla de naranja y manzana	Sémola de trigo con pavo y verduras Yogurt blanco	Tapioca de merluza y verduras Papilla de plátano y pera	Puré de guisado de verduras Papilla de naranja y melón	Sémola de arroz con merluza y verduras Papilla de naranja y manzana
Papilla de pera y kiwi	Papilla de plátano y avena	Papilla de naranja y manzana	Yogurt blanco	Papilla de plátano y manzana
LUNES-16	MARTES-17	MIÉRCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20
Puré de zanahorias con merluza Papilla de plátano y avena	Sémola de arroz con pavo y verduras Papilla de kiwi y manzana	Tapioca de verduras Papilla de naranja y manzana	Puré de patata y pollo Yogurt SDNE	Puré de garbanzos y verduras Papilla de kiwi y manzana SDNE
Yogurt	Papilla de manzana y pera	Papilla de galletas y plátano	Papilla de manzana y mandarina	Papilla de plátano y pera

MENU INFANTIL TRITURADOS

JUNIO

Del 02 de Junio al 20 de Junio

SUGERENCIAS PARA LAS CENAS

En nuestro colegio, nos esforzamos por promover hábitos alimenticios saludables entre nuestros estudiantes. Por esta razón, hemos creado una tabla de recomendaciones para la elaboración de cenas que complementen el menú de mediodía. Estas recomendaciones están diseñadas para garantizar una cena satisfactoria y proporcionar los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo.

ALIMENTOS EN LA COMIDA DE MEDIO DÍA	ALIMENTOS INDICADOS PARA LAS CENAS
CARNE	PESCADO O HUEVO
PESCADO	CARNE O HUEVO
CEREALES, FÉCULAS O LEGUMBRES	VERDURAS
VERDURAS	PASTA, ARROZ O FÉCULAS
FRUTAS	FRUTA O LÁCTEOS
LÁCTEOS	FRUTA

INFORMACIÓN SOBRE EL MENÚ

- Todas las salsas se realizan de manera natural con espesantes naturales, no son precocinadas.
- Utilizamos especias naturales para cocinar (perejil, orégano, albahaca, romero, laurel...)
- Los pescados son según disponibilidad de mercado con las siguientes variantes: merluza, lenguado, bacalao, bonito y salmón.
- Tanto la mahonesa como el aceite de ajo se elaboran en el día y con liofilizados para evitar riesgos.
- La fruta es natural, no se dan frutas en almíbar.
- Todas las legumbres son naturales, no son precocinadas.
- Los yogures son blancos azucarados sin colorantes.
- Se cocina con aceite de oliva virgen y aceite de girasol.
- El aliño de las ensaladas es de aceite de oliva virgen.
- Las alergias o intolerancias deben de avisarse y justificarse con certificado médico.
- No se realizarán adaptaciones del menú a menos que estén justificadas.
- Las dietas tienen que ser notificadas por teléfono.
- En los servicios de días no escolares (SDNE) el colegio permanecerá cerrado excepto para los alumnos que hayan contratado este servicio.