

MENU INFANTIL TRITURADOS

SEPTIEMBRE

Del 01 de Septiembre al 03 de Octubre

LUNES-01	MARTES-02	MIÉRCOLES-03	JUEVES-04	VIERNES-05
Sémola de trigo con pollo y verduras	Crema de lentejas con merluza y verduras	Puré de guisado de verduras	Puré de verduras con queso y magro	Crema de verduras con pollo
Papilla de frutos rojos y manzana	Papilla de pera y plátano	Papilla de naranja y manzana	Papilla de pera y manzana	Yogurt
SDNE	SDNE	SDNE	SDNE	SDNE
Papilla de manzana y pera	Yogurt	Papilla de plátano y galleta	Papilla de naranja y manzana	Papilla de manzana y plátano
LUNES-08	MARTES-09	MIÉRCOLES-10	JUEVES-11	VIERNES-12
Sémola de trigo con pavo y verduras	Puré de patata con pollo y verduras	Puré de zanahoria y bacalao	Tapioca con verduras y merluza	Sémola de arroz con pollo y verduras
Papilla de pera y naranja	Yogurt	Papilla de plátano y pera	Yogurt	Papilla de plátano y manzana
INICIO DE CURSO				
Papilla de plátano y manzana	Papilla de naranja y manzana	Yogurt	Papilla de galleta	Papilla de naranja y pera
LUNES-15	MARTES-16	MIÉRCOLES-17	JUEVES-18	VIERNES-19
Sémola de trigo con pollo y verduras	Crema de verduras con magro	Sémola de arroz con merluza y verduras	Crema de lentejas con pollo y verduras	Tapioca con merluza y verduras
Yogurt	Papilla de plátano y avena	Yogurt	Papilla de pera y kiwi	Papilla de galleta
Papilla de manzana, naranja y kiwi	Papilla de naranja y sandía	Papilla de plátano y arándanos	Papilla de plátano y manzana	Yogurt
LUNES-22	MARTES-23	MIÉRCOLES-24	JUEVES-25	VIERNES-26
Sémola de trigo con bacalao y verduras	Puré de garbanzos con verduras	Crema de patatas con pollo y verduras	Tapioca con merluza y verduras	Sémola de arroz con magro y verduras
Papilla de manzana y plátano	Yogurt	Papilla de pera y avena	Yogurt	Papilla de naranja y pera
Papilla de manzana y naranja	Papilla de manzana y pera	Papilla de naranja y kiwi	Papilla de galleta	Yogurt
LUNES-29	MARTES-30	MIÉRCOLES-01	JUEVES-02	VIERNES-03
Sémola de trigo con verduras y merluza	Puré de guisantes con pollo	Puré de lentejas con verduras y magro	Tapioca de pollo y verduras	Sémola de arroz con merluza y verduras
Papilla de pera y fresas	Yogurt	Papilla de galleta	Papilla de plátano y kiwi	Papilla de manzana y plátano
Papilla de manzana y plátano	Papilla de plátano y kiwi	Yogurt	Papilla de avena y pera	Papilla de manzana y naranja

MENU INFANTIL TRITURADOS

SEPTIEMBRE

Del 01 de Septiembre al 03 de Octubre

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.
- Los pescados son según disponibilidad de mercado con las siguientes variantes: merluza, lenguado, bacalao, bonito y tilapia.
- 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 y de girasol.
- El aliño de las ensaladas es de aceite de oliva.
- 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 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.