



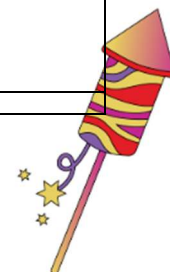
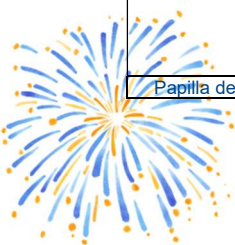
MENU TRITURADOS

MARZO

Del 2 de Marzo al 31 de Marzo



LUNES-02	MARTES-03	MIÉRCOLES-04	JUEVES-05	VIERNES-06
Sémola de trigo con pollo y verduras Papilla de pera y manzana	Puré de zanahoria y patata Yogurt	Crema de lentejas estofadas Papilla de plátano y pera	Tapioca con magro y verduras Papilla de manzana, pera y plátano	Sémola de arroz con merluza y verduras Papilla de galleta
Papilla de naranja y manzana	Papilla de plátano y mandarinas	Papilla de pera y manzana	Yogurt	Papilla de plátano y manzana
LUNES-09	MARTES-10	MIÉRCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13
Sémola de trigo con merluza y verduras Papilla de mango y fresas	Puré de patata con pollo Papilla de pera y manzana	Puré de calabacín y patata Papilla de plátano y mandarina	Crema de garbanzos con pavo y verduras Yogurt	Sémola de arroz con pollo y verduras Papilla de manzana y pera DÍA FALLERO <i>Merienda fallera</i>
Papilla de manzana y pera	Yogurt	Papilla de manzana y plátano	Papilla de plátano y manzana	Papilla de mandarina y pera
LUNES-16	MARTES-17	MIÉRCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20
Sémola de trigo con verduras Yogurt SDNE	Puré de alubias con verduras Papilla de mango y plátano SDNE	Puré de patatas con verduras Papilla de arándanos y manzana SDNE	FESTIVO	Sémola de arroz con merluza y verduras Yogurt
Papilla de manzana y pera	Papilla de plátano y manzana	Papilla de pera y mandarina		Papilla de manzana y pera
LUNES-23	MARTES-24	MIÉRCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27
Sémola de arroz con pollo y verduras Papilla de mango, plátano y fresas	Puré de lentejas con verduras Papilla de plátano y manzana	Puré de guisantes con pollo Papilla de manzana y plátano	Puré de patata con merluza y verduras Papilla de manzana y pera	Sémola de trigo con pavo y verduras Yogurt
Papilla de plátano y pera	Yogurt	Papilla de mandarina y pera	Papilla de manzana y naranja	Papilla de plátano y manzana
LUNES-30	MARTES-31			
Sémola de trigo con merluza y verduras Papilla de mango y plátano	Puré de lentejas con arroz y magro Papilla de plátano y naranja			
Papilla de manzana y pera	Yogurt			





MENU TRITURADOS

MARZO

Del 2 de Marzo al 31 de Marzo



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.

