



# MENU INFANTIL

## DICIEMBRE

Del 2 de Diciembre al 3 de Enero



LUNES-02	MARTES-03	MIÉRCOLES-04	JUEVES-05	VIERNES-06
Macarrones con tomate, atún, orégano y queso  Tortilla francesa con ensalada  Fruta	Crema de calabacín y queso  Longaniza mixta con patatas al horno y ensalada  Fruta	Sopa de estremitas y verduras  Merluza con pisto y guarnición de ensalada  Fruta	Paella de verduras  Croquetas de jamón / cocido con ensalada  Fruta	<b>FESTIVO</b>
Bocadillo de jamón york	Plátano y leche	Bocadillo de pavo y zumo	Sandwich de queso	
LUNES-09	MARTES-10	MIÉRCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13
Espirales con champiñones y queso crema  Alitas de pollo al ajillo con verduras  Yogurt	Lentejas estofadas  Huevos revueltos con tomate frito natural  Fruta	Sopa castellana con fideos  Bacalao encebollado con ensalada  Fruta	Ensalada César  Pizza Entrenaranjos   Fruta  <b>DÍA INTERNACIONAL ITALIANO</b>	Paella del senyoret  Entremeses y ensalada  Fruta
Sandwich de jamón york	Bocadillo de pavo	Bocadillo de mortadela	Plátano y leche	Magdalenas y leche
LUNES-16	MARTES-17	MIÉRCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20
Tallarines boloñesa  Varitas de merluza con ensalada  Fruta	Garbanzos estofados con espinacas y huevo  Pollo al horno a la parmesana con ensalada  Fruta	Sopa Juliana  Merluza en salsa mery con patatas al horno  Fruta	Guisado de verduras  Albóndigas a la jardinera  Fruta	Arroz de caldo de cocido  Tortilla de patatas con ensalada  PopDot navideño  <b>DÍA NAVIDEÑO</b> 
Bocadillo de pavo y queso	Plátano y leche	Sandwich de san millán	Bocadillo de jamón york	Bocadillo de mortadela y leche
LUNES-23	MARTES-24	MIÉRCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27
Espaguetis cuatro quesos  Lomo adobado con ensalada  Yogurt  <b>SDNE</b>	Arroz al horno  Albóndigas de bacalao y ensalada  Fruta  <b>SDNE</b>	<b>FESTIVO</b>	Hervido valenciano  Pollo al ajillo con ensalada  Fruta  <b>SDNE</b>	Paella valenciana  Entremeses calientes  Fruta  <b>SDNE</b>
Bocadillo de paté	Plátano y leche		Sandwich de jamón york y queso fresco	Bocadillo de pavo
LUNES-30	MARTES-31	MIÉRCOLES-01	JUEVES-02	VIERNES-03
Fideos salteados con pollo y verduras  Tortilla de patatas con ensalada  Fruta  <b>SDNE</b>	Crema de verduras  Pollo a la carbonara y guarnición de arroz  Fruta  <b>SDNE</b>	<b>FESTIVO</b>	Canelones de carne picada de cerdo y bechamel  Ensalada Mixta (lechuga, tomate, maíz, zanahorias, cebolla y aceitunas)  Fruta  <b>SDNE</b>	Lentejas guisadas  Palitos de pescado con tomate natural  Fruta  <b>SDNE</b>
Bocadillo de mortadela	Bocadillo de queso y zumo		Plátano y leche	Sandwich de san millán y pavo





# MENU INFANTIL

## DICIEMBRE

Del 2 de Diciembre al 3 de Enero



### 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.

