

MENU INFANTIL TRITURADOS

DICIEMBRE



Del 2 de Diciembre al 3 de Enero

LUNES-02	MARTES-03	MIÉRCOLES-04	JUEVES-05	VIERNES-06
Sémola de arroz con pavo y verduras	Puré de verduras y pollo	Sémola de trigo con merluza y verduras	Tapioca de verduras	
Papilla de plátano y manzana	Yogurt	Papilla de plátano y avena	Papilla de naranja y manzana	FESTIVO
Papilla de manzana y pera	Papilla de naranja y manzana	Papilla de manzana y pera	Yogurt	
LUNES-09	MARTES-10	MIÉRCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13
Sémola de trigo con merluza y verduras	Crema de lentejas con pollo y verduras	Puré de guisado con merluza	Tapioca de magro y verduras	Sémola de arroz con pavo y verduras
Yogurt	Papilla de pera y manzana	Papilla de frutas	Papilla de pera y plátano	Papilla de naranja y manzana
Papilla de pera y naranja	Papilla de plátano y avena	Yogurt	Papilla de manzana	Papilla de galletas
LUNES-16	MARTES-17	MIÉRCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20
Sémola de trigo con merluza y verduras	Puré de garbanzos con pollo y verduras	Sémola de arroz con merluza y verduras	Puré de guisado con magro y verduras	Tapioca con verduras y pavo
Pailla de naranja y pera	Yogurt	Papilla de plátano y manzana	Papilla de manzana y pera	Papilla de galleta
Papilla de manzana	Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y naranja	Petit suise	Papilla de plátano
LUNES-23	MARTES-24	MIÉRCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27
Sémola de trigo con merluza y pollo	Sémola de arroz con merluza y verduras		Puré de hervido con pollo y verduras	Tapioca de verduras con merluza
Yogurt	Papilla de manzana	FESTIVO	Yogurt	Papilla de manzana y pera
SDNE	SDNE		SDNE	SDNE
Papilla de plátano y	Papilla de naranja y pera		Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y
manzana LUNES-30	MARTES-31	MIÉRCOLES-01	JUEVES-02	naranja VIERNES-03
Tapioca con merluza y verduras	Sémola de trigo con pollo y verduras		Sémola de trigo con pollo y verduras	Puré de lentejas con pavo y verduras
Papilla de pera y naranja	Yogurt	FESTIVO	Papilla de avena y pera	Papilla de galletas y plátano
SDNE	SDNE		SDNE	SDNE
Papilla de plátano y manzana	Plátano y leche		Yogurt	Papilla de manzana

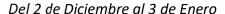






MENU INFANTIL TRITURADOS

DICIEMBRE





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.



