



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 Papilla de plátano y manzana	Puré de verduras y pollo Yogurt	Sémola de trigo con merluza y verduras Papilla de plátano y avena	Tapioca de verduras 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 Yogurt	Crema de lentejas con pollo y verduras Papilla de pera y manzana	Puré de guisado con merluza Papilla de frutas	Tapioca de magro y verduras Papilla de pera y plátano	Sémola de arroz con pavo y verduras 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 Papilla de naranja y pera	Puré de garbanzos con pollo y verduras Yogurt	Sémola de arroz con merluza y verduras Papilla de plátano y manzana	Puré de guisado con magro y verduras Papilla de manzana y pera	Tapioca con verduras y pavo Papilla de galleta
Papilla de manzana	Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y naranja	Petit suisse	Papilla de plátano
LUNES-23	MARTES-24	MIÉRCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27
Sémola de trigo con merluza y pollo Yogurt SDNE	Sémola de arroz con merluza y verduras Papilla de manzana SDNE	FESTIVO	Puré de hervido con pollo y verduras Yogurt SDNE	Tapioca de verduras con merluza Papilla de manzana y pera SDNE
Papilla de plátano y manzana	Papilla de naranja y pera		Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y naranja
LUNES-30	MARTES-31	MIÉRCOLES-01	JUEVES-02	VIERNES-03
Tapioca con merluza y verduras Papilla de pera y naranja SDNE	Sémola de trigo con pollo y verduras Yogurt SDNE	FESTIVO	Sémola de trigo con pollo y verduras Papilla de avena y pera SDNE	Puré de lentejas con pavo y verduras Papilla de galletas y plátano SDNE
Papilla de plátano y manzana	Plátano y leche		Yogurt	Papilla de manzana





MENU INFANTIL TRITURADOS

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.

