

MENÚ NOVIEMBRE 2022- Nursery 1

COMIDA		APORTE CALÓRICO	MERIENDA	COMIDA		APORTE CALÓRICO	MERIENDA
Martes				Jueves	Puré de verdura con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.
1	DÍA FESTIVO			17			
Miércoles	Puré de verdura. con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.	Viernes	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
2				18			
Jueves	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Lunes	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
3				21			
Viernes	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Martes	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
4				22			
Lunes	Puré de verdura. con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.	Miércoles	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC:36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
7				23			
Martes	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Jueves	Puré de verdura. con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.
8				24			
Miércoles	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Viernes	Puré de verdura con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
9				25			
Jueves	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC:36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.	Lunes	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC:36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
10				28			
Viernes	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Martes	Puré de verdura. con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.
11				29			
Lunes	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC:36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.	Miércoles	Puré de verdura con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
14				30			
Martes	Puré de verdura con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.				
15							
Miércoles	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.				
16							

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA

- * **INTOLERANCIA AL GLUTEN:** Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
- * **ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:** Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
- * **ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:** Alimentos o productos libres de PLV.
- * **ALERGIA A HUEVO:** Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
- * **ALERGIA A FRUTOS SECOS:** Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
- * **ALERGIA A SOJA:** Elaboración de los alimentos sin soja.

MENÚ NOVIEMBRE 2022- Nursery 2-Infantil (3-5 años)

	COMIDA	MERIENDA	CENA		COMIDA	MERIENDA	CENA
Martes				Jueves	Patatas estofadas con pollo adobado.		Verdura.
1	DÍA FESTIVO			17	Tortilla francesa con menestra. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Fruta.
Miércoles	Pasta con chorizo.		Verdura.	Viernes	Sopa de ave.		Ensalada.
2	Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Yogur.	18	Merluza con pisto. Yogur.	Yogur.	Hamburguesa. Fruta.
Jueves	Crema de coliflor y zanahoria.		Caldo.	Lunes	Arroz de la huerta.		Sopa.
3	Pollo asado con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Lomo. Fruta.	21	San Jacobo con ensalada. Fruta.	Leche con galletas.	Pescado. Fruta.
Viernes	Arroz con tomate.		Ensalada de tomate y maíz.	Martes	Judías verdes con tomate.		Sándwich vegetal.
4	Merluza con pisto. Yogur.	Fruta y leche.	Pollo. Fruta.	22	Magro adobado en salsa con patatas. Fruta.	Fruta y leche.	Pavo. Fruta.
Lunes	Judías verdes con jamón.		Sándwich vegetal.	Miércoles	Pasta con bacon.		Ensalada.
7	Albóndigas a la jardinera. Fruta.	Leche con galletas.	Pescado. Fruta.	23	Merluza al horno con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Ternera. Fruta.
Martes	Fideuá.		Puré.	Jueves	Lentejas estofadas con verduras.		Sopa.
8	Merluza en salsa marinera. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Fruta y leche.	Pollo. Yogur.	24	Filete de pollo a la plancha con ensalada. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Fruta y leche.	Tortilla. Yogur.
Miércoles	Lentejas estofadas con verduras y bacon.		Sopa.	Viernes	Patatas a la riojana.		Verdura.
9	Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Fruta.	25	Merluza con tomate. Yogur.	Yogur.	Empanada. Fruta.
Jueves	Crema de verduras.		Lasaña.	Lunes	Judías verdes con patatas.		Ensalada.
10	Salchichas de pollo al horno con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Natillas.	28	Pechuga Villaroy con menestra. Fruta.	Leche con galletas.	Pizza. Fruta.
Viernes	Guisantes con huevo cocido.		Sopa.	Martes	Arroz con tomate.		Ensalada.
11	Ragout de ternera en salsa con zanahoria baby. Yogur.	Yogur.	Pescado. Fruta.	29	Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Fruta.
Lunes	Pasta con tomate.		Ensalada mixta.	Miércoles	Pasta con tomate.		Sopa.
14	Merluza a la romana con ensalada. Fruta.	Leche con galletas.	Pollo. Fruta.	30	Merluza en salsa con ensalada. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Fruta y leche.	Pollo. Fruta.
Martes	Garbanzos estofados con chorizo.		Verdura.				
15	Pisto con huevo. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Fruta.				
Miércoles	Arroz con alcachofas.		Ensalada.				
16	Chuletillas de pavo al horno con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Pescado. Yogur.				

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA	
* INTOLERANCIA AL GLUTEN:	Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
* ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
* ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:	Alimentos o productos libres de PLV.
* ALERGIA A HUEVO:	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
* ALERGIA A FRUTOS SECOS:	Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
* ALERGIA A SOJA:	Elaboración de los alimentos sin soja.