

MENÚ NOVIEMBRE 2024 NURSERY 1

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 DÍA FESTIVO
4 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	5 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	6 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	7 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	8 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
11 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	12 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	13 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	14 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	15 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
18 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	19 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	20 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	21 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	22 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
25 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	26 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	27 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	28 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	28 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.

**MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-
GIA/INTOLERANCIA:**

INTOLERANCIA AL GLUTEN:
Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARI-
RISCO**
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE
DE VACA**
Alimentos libres de PLV.

ALERGIA AL HUEVO
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.
Pasta sin huevo.

ALERGIA A FRUTOS SECOS
Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco.

ALERGIA A SOJA
Elaboración de los alimentos sin soja.

El menú diario va acompañado de agua y pan.
Las frutas son frescas y de temporada.
Aceite de oliva para todos los guisos y ensaladas.
Aceite de girasol para freidoras.

MENÚ NOVIEMBRE 2024 NURSERY 2-INFANTIL (3-5 Años)

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 DÍA FESTIVO
4 Macarrones con tomate. Merluza a la romana con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pollo. Lácteo.	5 Judías blancas con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y pescado. Fruta.	6 Arroz caldoso. Merluza en salsa marinera. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal y tortilla. Fruta.	7 Crema de calabacín. Ragout de pollo al chilindrón con ensalada de tomate. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Puré y pescado. Fruta.	8 Guisantes con huevo cocido. Albóndigas con zanahoria baby. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido). Merienda: Leche con galletas. Cena: Sopa y pollo. Fruta.
11 Judías verdes con patatas. Nuggets de pollo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Lasaña. Lácteo.	12 Garbanzos estofados con chorizo y patata. Tortilla francesa con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pescado. Fruta.	13 Arroz con alcachofas. Merluza a la romana con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada mixta y pollo. Fruta.	14 Crema de verduras. Ragout de pollo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y tortilla. Fruta.	15 Coditos con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Yogur. Merienda: Leche con galletas. Cena: Ensalada y empanada. Fruta.
18 Arroz de la huerta. San Jacobo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pescado. Fruta.	19 Judías verdes con tomate. Magro adobado en salsa con zanahoria. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y pescado. Fruta.	20 Macarrones en salsa napolitana. Merluza al horno con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pollo. Fruta.	21 Lentejas estofadas con verduras. Tortilla con chorizo y ensalada. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido). Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal y pescado. Fruta.	22 Cuscús con verduras y pollo. Merluza a la romana con ensalada. Yogur. Merienda: Leche con galletas. Cena: Ensalada y hamburguesa. Fruta.
25 Judías verdes con patatas Surfers de merluza con arroz. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y tortilla. Fruta.	26 Crema de calabacín. Albóndigas a la jardinera. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada y hamburguesa. Fruta.	27 Sopa de ave. Merluza al horno con patatas panaderas. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada y pizza. Fruta.	28 Macarrones con tomate. Tortilla francesa con ensalada. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pescado. Fruta.	29 Arroz tres delicias. Ragout de pollo con ensalada. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido). Merienda: Leche con galletas. Cena: Sopa y huevos rellenos. Fruta.

**MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-
GIA/INTOLERANCIA:**

INTOLERANCIA AL GLUTEN:
Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARI-
RISCO**
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE DE VACA
Alimentos libres de PLV.

ALERGIA AL HUEVO
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.
Pasta sin huevo.

ALERGIA A FRUTOS SECOS
Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco.

ALERGIA A SOJA
Elaboración de los alimentos sin soja.

El menú diario va acompañado de agua y pan.
Las frutas son frescas y de temporada.
Aceite de oliva para todos los guisos y ensaladas.
Aceite de girasol para freidoras.