

MENÚ OCTUBRE 2025 NURSERY 1

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	2 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	3 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
6 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	7 Puré de verdura con pollo/ 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.	9 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	10 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil
13 NO LECTIVO	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.	16 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	17 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 pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	23 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	24 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
27 Puré de verdura con pollo/ 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.	29 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	30 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	31 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.



MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO/A CON ALERGIA/INTOLERANCIA:

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

ALERGIA AL PESCADO Y /O MARRISCO:
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEINA 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 OCTUBRE 2025- Nursery 2-Infantil (3-5 años)

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Macarrones con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pollo y fruta.	2 Crema de verduras. Albóndigas a la jardinera. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, empanada y fruta.	3 Guisantes con jamón. Ragout de pollo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Leche con galletas. Cena: Puré de patata, pescado y fruta.
6 Tricolor de verduras. Merluza a la romana con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, hamburguesa y fruta.	7 Arroz con verduras. Lomo de Sajonia con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, tortilla y lácteo.	8 Lentejas estofadas con verduras. Tortilla de chorizo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	9 Coditos con tomate. Merluza al horno con patatas panaderadas. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pollo y fruta.	10 Crema de verduras. Ragout de pollo con arroz. Fruta fresca. Merienda: Leche con galletas. Cena: Ensalada, pescado y lácteo.
13 DÍA NO LECTIVO	14 Fideuá. Pechuga villarroy con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, huevos rellenos y fruta.	15 Garbanzos estofados con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y lácteo.	16 Arroz con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, conejo y fruta.	17 Crema de calabacín. Magro en salsa con zanahoria. Fruta fresca. Merienda: Leche con galletas. Cena: Puré de patata, pescado y lácteo.
20 Guisantes con jamón. Albóndigas en salsa con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, huevos rellenos y fruta.	21 Lentejas estofadas con verduras. Tortilla francesa con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	22 Pasta con tomate. Merluza con verduras al horno. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, ternera y fruta.	23 Crema de verduras. Salchichas de pollo al horno con arroz. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y fruta.	24 Arroz caldoso. Empanadillas con ensalada de tomate. Fruta fresca. Merienda: Leche con galletas. Cena: Sopa, pollo y fruta.
27 Fideuá. Fingers de merluza con menestra. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, huevos fritos y fruta.	28 Judías verdes con huevo cocido. Filetes rusos en salsa con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, empanada y fruta.	29 Judías pintas estofadas con verduras. Tortilla francesa con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y natillas.	30 Arroz con tomate. Merluza al horno con patatas panaderadas. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, empanada y fruta.	31 Crema de calabaza. Salchichas de pollo al horno con arroz. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y fruta.

MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO/A CON ALERGIA/INTOLERANCIA:

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

ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO:
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.