

# MENÚ DICIEMBRE 2025 NURSERY 1

## HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>2</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>3</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>4</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>5</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>8</b>  <b>DÍA FESTIVO</b>	<b>9</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>10</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>11</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>12</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>15</b> <b>Puré de verdura con ternera/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>16</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>17</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>18</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>19</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
<b>22</b> <b>Puré de verdura con pescado/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>23</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>24</b>  <b>NO LECTIVO</b>	<b>25</b>  <b>DÍA FESTIVO</b>	<b>26</b>  <b>NO LECTIVO</b>
<b>29</b> <b>Puré de verdura con huevo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>30</b> <b>Puré de verdura con pollo/</b> <b>Menú infantil.</b>  <b>Yogur.</b>  Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	<b>31</b>  <b>NO LECTIVO</b>		

HUMANITAS  
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

**MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO 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 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 DICIEMBRE 2025 NURSERY 2-INFANTIL (3-5 Años)

## HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> <b>Pasta con tomate.</b> <b>Merluza a la romana con puré de patata.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, tortilla y fruta.	<b>2</b> <b>Judías verdes con huevo cocido.</b> <b>Albóndigas en salsa con zanahoria baby.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, pescado y fruta.	<b>3</b> <b>Lentejas guisadas con bacon y verduras.</b> <b>Tortilla de patata con ensalada de tomate y maíz.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pollo y fruta.	<b>4</b> <b>Arroz con tomate.</b> <b>Merluza en salsa verde con guisantes.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, tortilla y lácteo.	<b>5</b> <b>Crema de brócoli.</b> <b>Magro en salsa con champiñón.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Verdura, ternera y fruta
<b>8</b>  <b>DÍA FESTIVO</b>	<b>9</b> <b>Guisantes con jamón.</b> <b>Filetes rusos a la jardinera.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada, pescado y fruta.	<b>10</b> <b>Arroz caldoso.</b> <b>Tortilla francesa con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, empanada y fruta.	<b>11</b> <b>Pasta con tomate.</b> <b>Merluza al horno con patata panadera.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal, pollo y fruta .	<b>12</b> <b>Patatas guisadas con pollo.</b> <b>San Jacobo con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Leche con galletas. Cena: Verdura, pescado y fruta.
<b>15</b> <b>Coditos con tomate.</b> <b>Merluza a la romana con ensalada.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pollo y fruta.	<b>16</b> <b>Crema de legumbres.</b> <b>Tortilla de patata con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, empanada y fruta.	<b>17</b> <b>Arroz con bacalao y verduras.</b> <b>Ragout de pavo con zanahoria.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, tortilla y fruta.	<b>18</b> <b>Crema de verduras.</b> <b>Albóndigas en salsa con guisantes.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, pescado y fruta.	<b>19</b>  <b>MENÚ ESPECIAL</b>   <b>NAVIDAD</b>
<b>22</b> <b>Arroz con tomate.</b> <b>Picadillo de salchichas con patatas fritas.</b> <b>Yogur.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, empanada y fruta.	<b>23</b> <b>Crema de verduras.</b> <b>Ragout de pollo con zanahoria baby.</b> <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y lácteo.	<b>24</b>  <b>NO LECTIVO</b>	<b>25</b>  <b>DÍA FESTIVO</b>	<b>26</b>  <b>NO LECTIVO</b>
<b>29</b> <b>Caldo de verduras con fideos.</b> <b>Croquetas con ensalada.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa, tortilla y fruta.	<b>30</b> <b>Lentejas guisadas con verduras.</b> <b>Tortilla francesa con arroz.</b>  <b>Fruta fresca.</b>  Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura, pescado y fruta.	<b>31</b>  <b>NO LECTIVO</b>		



### MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO 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.