

MENÚ DICIEMBRE 2025 NURSERY 1

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	2 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	3 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	4 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	5 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
8 DÍA FESTIVO	9 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	10 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	11 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	12 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.	18 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	19 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 pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	24 NO LECTIVO	25 DÍA FESTIVO	26 NO LECTIVO
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 NO LECTIVO		

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

**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 MA-
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 DICIEMBRE 2025 NURSERY 2-INFANTIL (3-5 Años)

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

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

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 MÁRISCO:
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHÉ 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.