

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

"En esta etapa, la base de verdura sólo se compone de patata, zanahoria, calabaza, calabacín, puerro, judía verde, cebolla . El pescado siempre será merluza y NO se introduce huevo ni legumbres "

DÍA DEL TRABAJADOR
1
2
3
FESTIVO

Triturado de verduras y pollo

Triturado de patatas con merluza

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

338,1Kcal - Prot:12,7g - Lip:9,1g - HC:47,2g AGS:1,9g - Azúcares:22,9g - Sal:0,2g

397,1Kcal - Prot:17,7g - Lip:9,4g - HC:33,0g AGS:3,0g - Azúcares:10,1g - Sal:0,6g

6
7
8
9
10

Triturado de merluza y verduras

Triturado de hortalizas frescas con pollo

Triturado de verduras con arroz y pollo

Triturado de verduras con cerdo

Triturado de hortalizas y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

378,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:4,7g - HC:58,2g AGS:0,8g - Azúcares:24,0g - Sal:0,4g

404,8Kcal - Prot:13,7g - Lip:16,0g - HC:47,2g AGS:5,2g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

365,2Kcal - Prot:16,5g - Lip:12,4g - HC:45,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,7g - Sal:0,5g

362,1Kcal - Prot:16,4g - Lip:10,1g - HC:47,2g AGS:2,4g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

357,1Kcal - Prot:23,8g - Lip:7,9g - HC:44,0g AGS:2,8g - Azúcares:11,1g - Sal:0,6g

13
14
15
16
SANTA JUANA DE LESTONNAC 17
FESTIVO

Triturado de verduras con merluza

Triturado de verduras con pollo

Triturado de verduras con cerdo

Triturado de hortalizas, arroz y merluza

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

378,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:4,7g - HC:58,2g AGS:0,8g - Azúcares:24,0g - Sal:0,4g

316,3Kcal - Prot:16,2g - Lip:12,2g - HC:33,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,1g - Sal:0,5g

463,7Kcal - Prot:14,6g - Lip:14,2g - HC:65,2g AGS:4,9g - Azúcares:24,5g - Sal:0,3g

478,5Kcal - Prot:25,1g - Lip:15,8g - HC:57,1g AGS:3,8g - Azúcares:20,3g - Sal:1,7g

20
21
22
23
24

Triturado de hortalizas y ternera

Triturado de verduras y cerdo

Triturado de arroz con pollo y verduras

Triturado de verduras con ternera

Triturado de verduras y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

338,1Kcal - Prot:12,7g - Lip:9,1g - HC:47,2g AGS:1,9g - Azúcares:22,9g - Sal:0,2g

362,1Kcal - Prot:16,4g - Lip:10,1g - HC:47,2g AGS:2,4g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

356,0Kcal - Prot:18,6g - Lip:7,5g - HC:51,0g AGS:2,7g - Azúcares:11,6g - Sal:0,6g

428,7Kcal - Prot:21,1g - Lip:9,6g - HC:58,5g AGS:2,1g - Azúcares:24,4g - Sal:0,3g

397,1Kcal - Prot:17,7g - Lip:9,4g - HC:33,0g AGS:3,0g - Azúcares:10,1g - Sal:0,6g

27
28
29
30
31

Triturado de verduras y cerdo

Triturado de verduras frescas con ternera

Triturado de patatas y verduras con merluza

Triturado de verduras con pollo

Triturado de verduras y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

402,4Kcal - Prot:20,1g - Lip:9,7g - HC:52,4g AGS:2,1g - Azúcares:20,2g - Sal:0,3g

541,1Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,6g - HC:59,5g AGS:3,6g - Azúcares:17,1g - Sal:2,2g

316,3Kcal - Prot:16,2g - Lip:12,2g - HC:33,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,1g - Sal:0,5g

404,8Kcal - Prot:13,7g - Lip:16,0g - HC:47,2g AGS:5,2g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

357,1Kcal - Prot:23,8g - Lip:7,9g - HC:44,0g AGS:2,8g - Azúcares:11,1g - Sal:0,6g

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

"En esta etapa la comida podrá contener cualquier tipo de verduras . Tambien 2 veces/semana contendrá una pequeña cantidad de legumbre . El pescado siempre será merluza y NO se introduce huevo "

DÍA DEL TRABAJADOR

1

2

3

FESTIVO

Triturado de verduras y pollo

Triturado de patatas con merluza

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

338,1Kcal - Prot:12,7g - Lip:9,1g - HC:47,2g AGS:1,9g - Azúcares:22,9g - Sal:0,2g

397,1Kcal - Prot:17,7g - Lip:9,4g - HC:33,0g AGS:3,0g - Azúcares:10,1g - Sal:0,6g

6

7

8

9

10

Triturado de merluza y verduras

Triturado de hortalizas frescas con pollo

Triturado de verduras con arroz y pollo

Triturado de garbanzos y verduras con cerdo

Triturado de hortalizas y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

378,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:4,7g - HC:58,2g AGS:0,8g - Azúcares:24,0g - Sal:0,4g

404,8Kcal - Prot:13,7g - Lip:16,0g - HC:47,2g AGS:5,2g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

365,2Kcal - Prot:16,5g - Lip:12,4g - HC:45,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,7g - Sal:0,5g

362,1Kcal - Prot:16,4g - Lip:10,1g - HC:47,2g AGS:2,4g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

357,1Kcal - Prot:23,8g - Lip:7,9g - HC:44,0g AGS:2,8g - Azúcares:11,1g - Sal:0,6g

13

14

15

16

SANTA JUANA DE LESTONNAC 17

FESTIVO

Triturado de lentejas con arroz y verduras

Triturado de verduras con pollo

Triturado de verduras y alubias con cerdo

Triturado de hortalizas, arroz y merluza

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

378,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:4,7g - HC:58,2g AGS:0,8g - Azúcares:24,0g - Sal:0,4g

316,3Kcal - Prot:16,2g - Lip:12,2g - HC:33,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,1g - Sal:0,5g

463,7Kcal - Prot:14,6g - Lip:14,2g - HC:65,2g AGS:4,9g - Azúcares:24,5g - Sal:0,3g

478,5Kcal - Prot:25,1g - Lip:15,8g - HC:57,1g AGS:3,8g - Azúcares:20,3g - Sal:1,7g

20

21

22

23

24

Triturado de hortalizas y ternera

Triturado de verduras y cerdo

Triturado de arroz con pollo y verduras

Triturado de verduras con ternera y garbanzos

Triturado de verduras y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

338,1Kcal - Prot:12,7g - Lip:9,1g - HC:47,2g AGS:1,9g - Azúcares:22,9g - Sal:0,2g

362,1Kcal - Prot:16,4g - Lip:10,1g - HC:47,2g AGS:2,4g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

356,0Kcal - Prot:18,6g - Lip:7,5g - HC:51,0g AGS:2,7g - Azúcares:11,6g - Sal:0,6g

428,7Kcal - Prot:21,1g - Lip:9,6g - HC:58,5g AGS:2,1g - Azúcares:24,4g - Sal:0,3g

397,1Kcal - Prot:17,7g - Lip:9,4g - HC:33,0g AGS:3,0g - Azúcares:10,1g - Sal:0,6g

27

28

29

30

31

Triturado de verduras y cerdo

Triturado de verduras frescas con ternera

Triturado de patatas y verduras con merluza

Triturado de verduras con pollo

Triturado de lentejas con verduras y merluza

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

Yogur natural sin azúcar

Compota fruta triturada

402,4Kcal - Prot:20,1g - Lip:9,7g - HC:52,4g AGS:2,1g - Azúcares:20,2g - Sal:0,3g

541,1Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,6g - HC:59,5g AGS:3,6g - Azúcares:17,1g - Sal:2,2g

316,3Kcal - Prot:16,2g - Lip:12,2g - HC:33,0g AGS:3,9g - Azúcares:10,1g - Sal:0,5g

404,8Kcal - Prot:13,7g - Lip:16,0g - HC:47,2g AGS:5,2g - Azúcares:22,9g - Sal:0,3g

357,1Kcal - Prot:23,8g - Lip:7,9g - HC:44,0g AGS:2,8g - Azúcares:11,1g - Sal:0,6g

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



EDUCAMOS EN POSITIVO+

"Los menús se acompañarán de ensalada dependiendo del nivel de masticación del niño"

FESTIVO

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

6	7	8	9	10
Alubias pintas con calabaza y patata	Crema de hortalizas frescas	Arroz con verduras	Potaje de garbanzos y verduras	Macarrones con cebolla pochada
Merluza en salsa de puerros con cebolla	Cinta de lomo a la plancha	Pechuga de pollo a la plancha	Escalope de cerdo a la plancha	Tortilla francesa
Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada
522,4Kcal - Prot:23,2g - Lip:14,3g - HC:67,3g AGS:2,8g - Azúcares:19,2g - Sal:1,8g	637,1Kcal - Prot:20,4g - Lip:20,3g - HC:70,7g AGS:6,8g - Azúcares:24,1g - Sal:2,2g	866,5Kcal - Prot:35,8g - Lip:43,1g - HC:82,6g AGS:14,5g - Azúcares:24,5g - Sal:3,0g	989,0Kcal - Prot:33,9g - Lip:58,6g - HC:77,9g AGS:16,3g - Azúcares:18,4g - Sal:2,2g	531,2Kcal - Prot:22,8g - Lip:15,8g - HC:62,9g AGS:2,1g - Azúcares:18,2g - Sal:1,8g
13	14	15	16	17
FESTIVO	Lentejas estofadas con verduras	Coditos de pasta con tomate natural y cebolla	Alubias blancas estofadas	SANTA JUANA DE LESTONNAC
	Filete de merluza con dados de tomate al horno	Pollo asado al limón	Tortilla francesa	Arroz blanco salteado con salsa de tomate casera
	Lácteo	Fruta fresca de temporada	Lácteo	Salmón a la brasa con ajitos
	514,3Kcal - Prot:25,2g - Lip:13,8g - HC:65,4g AGS:1,7g - Azúcares:19,2g - Sal:1,8g	642,2Kcal - Prot:32,5g - Lip:22,8g - HC:73,9g AGS:6,5g - Azúcares:25,8g - Sal:1,7g	619,5Kcal - Prot:28,2g - Lip:28,8g - HC:58,1g AGS:7,8g - Azúcares:16,8g - Sal:2,3g	500,3Kcal - Prot:23,4g - Lip:16,4g - HC:59,4g AGS:2,7g - Azúcares:19,3g - Sal:1,7g
20	21	22	23	24
Judías verdes con patata rehogadas	Guiso de patatas y hortalizas frescas	Arroz con verduras	Sopa de cocido con garbanzos	Espirales de pasta con salsa de tomate casero
Picada de ternera con tomate casero	Cinta de lomo a la plancha	Caballa al horno con calabacín y cebolla asados	Patata, zanahoria y pollo	Merluza al horno en su jugo
Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada
547,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:22,3g - HC:59,4g AGS:5,4g - Azúcares:18,7g - Sal:3,0g	609,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,2g - HC:71,7g AGS:4,6g - Azúcares:28,3g - Sal:1,8g	518,8Kcal - Prot:24,2g - Lip:16,7g - HC:74,2g AGS:2,3g - Azúcares:20,7g - Sal:1,6g	559,7Kcal - Prot:23,8g - Lip:12,3g - HC:81,4g AGS:3,2g - Azúcares:19,7g - Sal:1,0g	521,1Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,4g - HC:69,8g AGS:4,1g - Azúcares:23,7g - Sal:2,0g
27	28	29	30	31
Alubias pintas estofadas con verdura	Crema de calabaza	Patatas estofadas con picadillo de chorizo	Coditos de pasta con tomate y cebolla	Lentejas a la jardinera
Tortilla francesa	Estofado de ternera con patata, zanahoria y guisante	Merluza a la andaluza con limón	Jamoncitos de pollo asados	Bacalao al horno en su jugo
Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada	Lácteo	Fruta fresca de temporada
603,4Kcal - Prot:19,8g - Lip:19,8g - HC:75,3g AGS:3,2g - Azúcares:19,2g - Sal:3,2g	589,9Kcal - Prot:23,1g - Lip:18,6g - HC:60,5g AGS:2,6g - Azúcares:18,1g - Sal:2,2g	490,7Kcal - Prot:31,9g - Lip:16,6g - HC:50,2g AGS:4,9g - Azúcares:27,1g - Sal:1,9g	785,5Kcal - Prot:30,5g - Lip:34,4g - HC:83,1g AGS:10,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g	514,3Kcal - Prot:25,2g - Lip:13,8g - HC:65,4g AGS:1,7g - Azúcares:19,2g - Sal:1,8g