

Menú de 3 a 8 años

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: Septiembre 2024

Andrés Oliván

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>2</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>3</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>4</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>7</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>9</p> <p>INICIO CURSO ESCOLAR Macarrones pomodoro (tomate, cebolla, especias) Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.473/592 GT:22 GS:9 HC:77 AZ:22 PROT:20 SAL:3</p>	<p>10</p> <p>Alubias estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.441/584 GT:18 GS:3 HC:69 AZ:23 PROT:30 SAL:3</p>	<p>11</p> <p>Crema de zanahoria Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.496/597 GT:20 GS:5 HC:70 AZ:22 PROT:32 SAL:3</p>	<p>12</p> <p>Arroz caldoso de verduras Tortilla alemana con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.521/603 GT:25 GS:6 HC:73 AZ:18 PROT:20 SAL:4</p>	<p>13</p> <p>Lentejas a la campesina Tira de mar (pota) rebozada con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:2.546/609 GT:13 GS:2 HC:96 AZ:20 PROT:26 SAL:3</p>	<p>14</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>16</p> <p>Potaje de garbanzos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.476/592 GT:23 GS:4 HC:70 AZ:21 PROT:22 SAL:3</p>	<p>17</p> <p>Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.435/582 GT:16 GS:3 HC:86 AZ:19 PROT:21 SAL:4</p>	<p>18</p> <p>Sopa minestrone Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.513/601 GT:15 GS:2 HC:79 AZ:30 PROT:33 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Yogur y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.432/582 GT:23 GS:5 HC:65 AZ:22 PROT:27 SAL:4</p>	<p>20</p> <p>Alubias estofadas con verduras Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.420/579 GT:16 GS:3 HC:79 AZ:22 PROT:26 SAL:3</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>
<p>23</p> <p>Crema de calabacín Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.522/603 GT:20 GS:5 HC:73 AZ:21 PROT:32 SAL:3</p>	<p>24</p> <p>Lentejas castellanas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.510/600 GT:15 GS:3 HC:90 AZ:18 PROT:26 SAL:3</p>	<p>25</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:2.472/591 GT:19 GS:4 HC:78 AZ:22 PROT:25 SAL:4</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.630/629 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:4</p>	<p>27</p> <p>Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento y zanahoria) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.520/603 GT:26 GS:2 HC:67 AZ:19 PROT:24 SAL:3</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>
<p>30</p> <p>Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.533/606 GT:21 GS:3 HC:78 AZ:25 PROT:23 SAL:3</p>						
				<p>TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>		

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses