

MENÚS ESCUELAS MUNICIPALES

SEPTIEMBRE GRUPO 1: 0-1 AÑOS **SIN LACTOSA**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
DESAYUNO			Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 
COMIDA			Crema de calabacín con carne  Fruta 	Puré de verdura con pescado blanco  Macarrones cociditos  Fruta 	Puré de verduras con lentejas  Patata cocida  Fruta 
MERIENDA			Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao 	Queso fresco (s.l.) y fruta 	Compota de frutas 
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
DESAYUNO	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 
COMIDA	Puré de judías verdes con zanahoria con lomo  Fruta 	Puré de verdura con pescado  Guarnición de arroz  Fruta 	Puré de puerros con bacalao  Tomate picadito  Fruta 	Puré de verdura con pollo  Garbanzos chafaditos  Fruta 	Puré de verdura con tortilla  Palitos de zanahoria cocida  Fruta 
MERIENDA	Plátano con queso fresco (s.l.) 	Fruta y vaso de leche (s.l.) 	Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao 	Compota de frutas 	Yogur (s.l.) con fruta 
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
DESAYUNO	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 
COMIDA	Crema de calabacín con carne de cerdo  Tomate picadito 	Puré de verduras con alubias rojas  Arroz cocido  Fruta 	Puré de verdura con pescado  Patata al vapor  Fruta 	Puré de judías con carne  Fruta  Champiñones picaditos 	Puré de verdura con pescado  Garbanzos chafaditos  Fruta 
MERIENDA	Yogur (s.l.) con fruta 	Papilla de frutas 	Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao 	Queso fresco (s.l.) con fruta 	Macedonia de frutas 
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
DESAYUNO	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 	Leche (s.l.) con cereales 
COMIDA	Crema de calabaza con pollo  Fruta 	Lentejas con verdura  Patata al vapor  Queso fresco (s.l.) con kiwi 	Puré de coliflor con pescado  Tomate picadito  Fruta 	Puré de verdura con huevo  Macarrones cocidos  Fruta 	Puré de alubias blancas con verdura  Calabaza al vapor  Yogur 
MERIENDA	Yogur (s.l.) con fruta 	Yogur (s.l.) con fruta 	Fruta y queso fresco (s.l.) 	Yogur (s.l.) con fruta 	Macedonia de frutas 
	DÍA 30				

DESAYUNO	Leche (s.l.) con cereales 
COMIDA	Puré de verduras con carne Arroz blanco Fruta 
MERIENDA	Yogur (s.l.) con fruta

Soja	Altramuces	Apio	Sulfitos	Gluten	Lactosa	Moluscos	Crustáceos	Pescado	Sésamo	Mostaza	Huevo	F. secos	Cacahuete
													



ANDREA IZQUIERDO GIL

Centro de Educación Nutricional
y Dietoterapia

CyL0033