

MENÚS ESCUELAS MUNICIPALES

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

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

DESAYUNO	Leche con cereales 
COMIDA	Puré de verduras con carne Arroz blanco Fruta 
MERENDA	Yogur 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