











































## MENÚ ESCUELAS MUNICIPALES

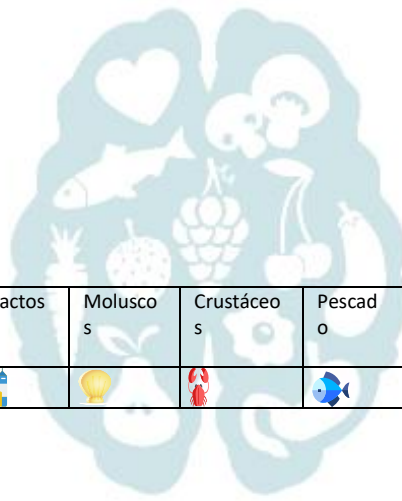
## SEPTIEMBRE GRUPO 2: 1- 3 AÑOS – SIN LACTOSA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>DÍA 4</b>	<b>DÍA 5</b>	<b>DÍA 6</b>
DESAYUNO			Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 	Leche (s.l.), tostada con compota de manzana 	Yogur (s.l.) con fruta y copos de maíz
COMIDA			Crema de calabacín (s.q.) Albóndigas a la jardinera (s.l.) Fruta y pan   	Pasta con verduras y mejillones Ensalada de tomate y queso fresco (s.l.) Fruta   	Lentejas con verduras Ensalada de melón (Sin queso) Vaso de leche (s.l.) 
MERIENDA			Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao	Yogur con fruta 	Bocadillito de queso  
	<b>DÍA 9</b>	<b>DÍA 10</b>	<b>DÍA 11</b>	<b>DÍA 12</b>	<b>DÍA 13</b>
DESAYUNO	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 	Yogur (s.l.) con fruta y copos de maíz	Yogur (s.l.) con cereales de maíz y fruta	Leche (s.l.), tostada con compota de manzana 	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 
COMIDA	Judías verdes con zanahoria Lomo con pimientos Fruta y pan 	Arroz con calamares Ensalada de tomate y pepino Yogur (s.l.) 	Purrusalda Bacalao con tomate Fruta y pan  	Ensalada de lechuga y tomate Garbanzos con calabaza y pollo Fruta 	Menestra con jamón Tortilla de champiñón Fruta y pan   
MERIENDA	Tostada de queso fresco (s.l.) con plátano 	Fruta y vaso de leche (s.l.)	Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao	Bocadillito de jamón cocido con tomate  	Yogur (s.l.) con fruta
	<b>DÍA 16</b>	<b>DÍA 17</b>	<b>DÍA 18</b>	<b>DÍA 19</b>	<b>DÍA 20</b>
DESAYUNO	Gachas de leche (s.l.) con avena y fruta 	Macedonia y queso fresco (s.l.)	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 	Yogur (s.l.) con cereales de maíz y fruta	Yogur (s.l.) con compota de manzana
COMIDA	Crema de calabacín Filete de jamón con ensalada de tomate Fruta y pan  	Alubias rojas a la burgalesa Champiñones salteados Queso fresco (s.l.) 	Cazuela marinera de patatas con pota y mejillón Ensalada de tomate y zanahoria Yogur (s.l.)  	Judías verdes con zanahoria Hamburguesa de ternera con ensalada de tomate Fruta y pan 	Ensalada de garbanzos Berenjena con queso (s.l.) Fruta  
MERIENDA	Yogur (s.l.) con fruta	Bocadillito jamón cocido 	Batido de leche (s.l.) con plátano y cacao	Queso fresco (s.l.) con fruta	Macedonia de frutas
	<b>DÍA 23</b>	<b>DÍA 24</b>	<b>DÍA 25</b>	<b>DÍA 26</b>	<b>DÍA 27</b>
DESAYUNO	Gachas de leche (s.l.) con avena y fruta 	Yogur (s.l.) con compota de manzana y avena 	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 	Macedonia y queso fresco (s.l.), tostada 	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva 

COMIDA	Crema de calabaza Pollo guisado con verduras Fruta y pan	Lentejas con verdura Ensalada de patata y kiwi Queso fresco (S.I.)	Coliflor al ajoarriero Atún con tomate Pan y fruta	Pasta con champiñón y gambas Tomate aliñado con queso fresco (s.l.) Fruta	Alubias blancas con calabaza y champiñón Tortilla de patata Fruta
MERENDA	Yogur (s.l.) con fruta	Bocadillito de jamón cocido	Fruta y queso fresco (s.l.)	Yogur (s.l.) con fruta	Macedonia de frutas

**DÍA 30**

DESAYUNO	Leche (s.l.), fruta, pan con aceite de oliva
COMIDA	Arroz con tomate y salchichas Ensalada de tomate y zanahoria Fruta
MERENDA	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