

MENU DE BASE

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Verdura	Sopa	Arroz	Legumbre	Pasta
Pescado	Pollo	Huevo	Ternera	Cerdo
Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

Semanas 1 y 3

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Puré de calabacín patata y puerro	Sopa de fideos	Arroz con tomate y huevo duro	Lentejas con verduras	Espirales vegetales
Merluza al horno con aguacate	Pollo a la plancha con tomate natural		Hamburguesa casera de ternera	Salchichas
Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

Semanas 2 y 4

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Merluza al horno con patata asada y calabacín	Sopa de estremitas	Arroz con tomate natural	Lentejas con verduras	Macarrones con queso
	Hamburguesa casera de pollo y zanahoria	Tortilla a la Francesa con queso fresco	Albóndigas caseras de ternera	Lomo a la plancha con guisantes
Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	ArrozFruta

MENU BEBES / PASADO

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Calabacin y puerro Con merluza	Judías verdes, patata y pollo	Guisantes, cebolla Huevo (si está introducido) o alternativa	Puré de legumbres y verdura con ternera	Crema de arroz y zanahoria con merluza
Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur

* Los bebés que no tengan introducidos alimentos (huevo, pescado...etc) tomarán pure de verduras y fruta o yogur

* Las hamburguesas son caseras y no se cocinan fritos (Horno, hervido o plancha)

Desayunos y meriendas tipo

Fruta*, cereales sin azúcar, yogures, leche y bebidas vegetales

Tentempié media mañana

Frutas (de temporada)

Picos integrales, queso crema, crema de cacahuete, fruta

Plátano, manzana, pera, arándanos, mandarina, uva, sandía

Horarios:

**Bebés lactantes, a demanda. Bebés con introducción de alimentos y sólidos en función de ritmos de sueño. El horario estándar para almuerzo es las 11.45 am

Alumnos de 1 a 3 años

Desayuno	Tentempié	Almuerzo	Merienda
Para acogida matinal a su hora de llegada (7.30 a 9 am)	A las 10.15 en el patio al aire libre	A las 12.00 pm en sus aulas	Para alumnos en permanencia a las 16.15

