

Menú GENERAL a partir de 12 meses

noviembre de 2024

MERIENDA por la MAÑANA

FRUTA CORTADA

MERIENDA por la TARDE

4	5	6	7	8
PAN integral CON TOMATE (1,3,6,7,8,11,13)	FRUTA	PAN integral CON JAMÓN (1,3,6,7,8,11,13)	FRUTA	PAN integral CON QUESO (1,3,6,7,8,11,13)
4	5	6	7	8
DADOS DE TOMATE ALIÑADOS	SOPA DE "BULLIT" (1,3,9) (pasta integral)	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	CREMA DE PUERROS	CAZUELA DE MERLUZA CON PATATA Y VERDURAS (ajo, cebolla, puerros, tomate, guisantes, zanahoria, perejil, caldo) (2,4,9,14)
LENTEJAS MELOSAS CON ARROZ INTEGRAL Y VERDURAS (ajo, aromáticas, cebolla, tomate, zanahoria, judía verde) (1,9)	"BULLIT MALLORQUÍ" DE POLLO, PATATA Y VERDURAS (cebolla, zanahoria, judía verde, col) (9)	ARROZ CON SALTEADO DE GARBANZOS Y CALABACÍN (ajo, cebolla, pimiento rojo, calabacín, aromáticos)	TORTILLA DE PATATA COCIDA Y ENSALADA (Lechuga, tomate, maíz) (3)	YOGUR NATURAL (7)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)
Sugerencia de cena: Quínoa con tomate, calabacín y huevo cocido / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y salmón a la plancha con arroz salteado / Fruta	Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y hamburguesa casera / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y merluza rebozada con patata al vapor / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y falafel de garbanzos con salsa / Fruta
11	12	13	14	15
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	CREMA DE CALABAZA	DADOS DE TOMATE ALIÑADOS	GALLO AL HORNO CON CEBOLLA, CALABACÍN, ZANAHORIA, TOMATE Y PATATA PANADERA (4,14)
MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE ATÚN (cebolla, pimiento rojo, tomate triturado, atún en conserva de aceite de oliva, aromáticas) (1,3,4)	ARROZ BRUT DE POLLO (cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, judía verde, guisantes, pechuga de pollo y caldo)	HERVIDO DE BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA Y HUEVO COCIDO (3)	GUIZO DE LENTEJAS CON VERDURAS (ajo, cebolla, tomate, zanahoria, judía verde) Y ARROZ INTEGRAL (1)	YOGUR NATURAL (7)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)
Sugerencia de cena: Arroz con pimientos de colores y garbanzos / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de quínoa y lenguado a la andaluza / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con cebolla y calabacín / Fruta	Sugerencia de cena: Huevo cocido con brócoli, zanahoria y cuscús / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y pollo al limón con patatas / Fruta
18	19	20	21	22
ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ	CREMA DE VERDURAS Y ALUBIAS PINTAS	DADOS DE TOMATE ALIÑADOS	ARROZ MELOSO DE LOMO DE BACALAO Y VERDURAS (cebolla, tomate, pimiento verde, pimiento rojo y caldo de pescado) (4)
"GREIXERA D'OUS" CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate maduro, guisantes, judía verde y huevo cocido) (3)	ESPIRALES INTEGRALES A LA BOLOÑESA VEGETAL (cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, tomate, aromáticas, lentejas) (1,3)	PECHUGA DE PAVO SALTEADA CON VERDURAS (ajo, cebolleta, laurel, zanahoria, pimiento rojo, guisantes) (9)	GUIZO DE GARBANZOS CON PATATA Y VERDURAS (ajo, aromáticos, cebolla, tomate, acelgas o espinacas, zanahoria o calabaza)	YOGUR NATURAL (7)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)
Sugerencia de cena: Ensalada y merluza con patata o boniato / Fruta	Sugerencia de cena: Arroz con pimientos de colores y garbanzos / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla de patata y brócoli al vapor / Fruta	Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y tortita de lentejas / Fruta	Sugerencia de cena: Pastel de calabacín con salsa de zanahoria y pan / Fruta
25	26	27	28	29
DADOS DE TOMATE ALIÑADOS	CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ	CREMA DE GUISANTES (9)	SOPA DE CALDO DE PESCADO (1,2,3,4,9,12,14) (pasta integral)
LENTEJAS MELOSAS CON ARROZ INTEGRAL Y VERDURAS (ajo, aromáticas, cebolla, tomate, zanahoria, judía verde) (1,9)	MUSLITO DE POLLO ASADO CON CEBOLLA, MANZANA Y PATATA (limón, aromáticas)	ARROZ CON SALSA DE ESPINACAS Y SALMÓN (cebolla, espinacas, tomate triturado, aromáticas, salmón) (4)	TORTILLA DE PATATA COCIDA Y ENSALADA (Lechuga, tomate, maíz) (3)	"BULLIT DE PEIX" (Lomo de merluza, judías verdes, zanahoria, cebolla) (4,9,14)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Quínoa con cebolla, espinacas y bacalao con tomate / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y cuscús con tomate y huevo a la plancha / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa con verduras troceadas y pavo salteado / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con calabacín y zanahoria / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada variada y croquetas de pollo / Fruta

Alérgenos de declaración obligatoria

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuetes 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos