

**ESCUELAS INFANTILES**

ALTO SOL: 987286217

NUEVO AMANECER: 987307042

**MENU GENERAL****DESAYUNO: Leche (con o sin cacao) + galletas o yogurt . (Se sirven hasta las 9:30 h)****COMIDA:**

	Primera semana	Segunda semana	Tercera semana	Cuarta semana
<b>Lunes</b>	Puré de verdura. Tortilla de patata con tomate natural. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Arroz con tomate. Filete de lenguado+ ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Macarrones con tomate. Tortilla de patata con tomate natural. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Arroz con tomate. Filete de lenguado con ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.
<b>Martes</b>	Lentejas estofadas. Pechugas de pollo con Ensalada. yogurt natural.	Potaje de garbanzos. Pechugas de pollo con ensalada. yogurt natural	Crema de calabacín Filete de pollo con ensalada yogurt natural	Alubias blancas estofadas. Huevo revuelto con jamón york+ ensalada. yogurt natural
<b>Miércoles</b>	Macarrones con carne picada y tomate. Filete de merluza+ ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Sopa. Filete ruso con patatas fritas./asadas. Fruta del tiempo troceada/triturada .	Lentejas estofadas Filete de merluza con ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Puré de verdura. Filete de pollo con patatas fritas/asadas. Fruta del tiempo troceada/triturada.
<b>Jueves</b>	Alubias blancas Albóndigas de carne de ternera en salsa. Yogurt natural/gelatina	Puré de verdura. Huevo revuelto con salchichas. Yogurt natural/gelatina.	Puré de verdura. Albóndigas de carne de ternera en salsa. Yogurt natural/gelatina.	Cocido ( sopa, garbanzos y morcillo) Yogurt natural/gelatina
<b>Viernes</b>	Crema de calabacín. Jamón asado con patatas fritas/asadas. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Patatas guisadas con carne de ternera. Palitos de merluza con ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Sopa de pescado. Jamón asado con patatas fritas/asadas. Fruta del tiempo troceada/triturada.	Patatas guisadas con carne de ternera. Palitos de merluza con ensalada. Fruta del tiempo troceada/triturada.

- Se elaborarán dietas especiales siempre que algún niño/a lo requiera, previo aviso.
- Se elaborará un menú especial para niños/as con intolerancias, **previo informe médico**.
- Para los niños/as que han dejado el menú de bebés y se están iniciando en la masticación, se les dará este menú triturado, pasando paulatinamente al entero.

## **MENÚ PARA BEBÉS:**

(Seguiremos siempre las indicaciones del pediatra para cada niñ@)

**DESAYUNO:** Leche adaptada + cereales (cada niñ@ deberá traer la leche de fórmula y los cereales que tome habitualmente)

**COMIDA:** (tomas de biberones hasta que el pediatra lo indique)

Al menor se le irán introduciendo los alimentos según su edad como muestra el siguiente cuadro orientativo.

**Lunes:** pescado (alternativa ternera)

**Martes:** pollo

**Miércoles:** ternera

**Jueves:** huevo (alternativa pollo)

**Viernes:** pescado (alternativa ternera)

<b>MESES</b>	<b>ALIMENTOS</b>
<b>6-7</b>	<b>Verduras y hortalizas: patata, zanahoria, puerro, judía verde, calabacín</b>
<b>7</b>	<b>Carnes magras: ternera, pollo.</b>
<b>8</b>	<b>Aceite de oliva virgen (una cucharadita en el puré)</b>
<b>9</b>	<b>Pescado blanco: lenguado, merluza. Yogurt natural.</b>
<b>10</b>	<b>Yema de huevo cocida.</b>
<b>12</b>	<b>Verduras foliáceas: acelga, espinacas, coliflor.</b>
<b>12</b>	<b>Puñadito de arroz y legumbres en el puré de verduras.</b>
<b>+ 12</b>	<b>Huevo con clara cocido.</b>

\*Mientras la alimentación del menor sea exclusiva de toma de biberones, no abonarán el servicio de comedor, aunque permanezcan en el centro en esa franja horaria.