

Menú General a partir de 12 meses julio 2020

MERIENDA por la MAÑANA				
FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA
MERIENDA por la TARDE				
FRUTA	PAN CON JAMÓN (1,5,6,7,8,11)	PAN CON TOMATE (1,5,7,8,11)	PAN CON QUESO (1,5,7,8,11)	COCA CASERA (1,3,7)
		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Lechuga, Zanahoria y Aceitunas	CAZUELA DE FILETE DE RAPE CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, ajo, tomate, zanahoria, guisantes, perejil y caldo) (4,9)	FIDEOS MELOSOS DE POLLO Y VERDURAS (cebolla, tomate, ajo, judías verdes, zanahoria, coliflor, guisantes, pollo troceado) (1,3,9)
		LENTEJAS CON ARROZ Y SANFAINA (cebolla, pimiento rojo, verde, calabacín, berenjena, tomate)		
		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
		Sugerencia de cena: Filete de pavo con pimientos salteados y couscous / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla a la francesa con pisto de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Hamburguesa de garbanzos y ensalada con pan / Fruta
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Lechuga, Tomate y Maíz	GUIZO DE ALBÓNDIGAS CASERAS A LA JARDINERA (patata, cebolla, tomate, zanahoria, pimiento rojo, carne picada mixta y tomate triturado) (7,12)	ARROZ MELOSO DE RAPE Y VERDURAS (cebolla, tomate, pimiento verde, pimiento rojo, guisantes y caldo) (4,9)	GAZPACHO	LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON TUMBET SUAVE (Patata cocida panadera, calabacín, berenjena plancha y salsa de tomate casera) (4)
GUIZO DE LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas) (9)			TORTILLA DE PATATA COCIDAY CEBOLLA CON GUISANTES SALTEADOS (3,9)	
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Merluza al horno con patata encebollada / Fruta	Sugerencia de cena: Muslito de pollo con puerros, tomate y pan / Fruta	Sugerencia de cena: Guiso de lentejas con verduras y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Pollo guisado con cebolla, zanahoria y arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Pastel de verduras con salsa de tomate / Fruta
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
GAZPACHO	Lechuga, Tomate y Aceitunas	(*) "FRIT MALLORQUÍ" DE POLLO (cebollita, pimiento rojo, guisantes, coliflor, patata, ajo, laurel, hinojo fresco) (9)	SOPA DE PESCADO (1,3,4,9)	Lechuga, Tomate y Maíz
HUEVO COCIDO CON ENSALADA DE PATATA, ZANAHORIA RALLADA Y JUDÍA VERDE (3,9)	LENTEJAS CON ARROZ Y SANFAINA (pimiento rojo, verde, calabacín, berenjena y tomate)		(*) "BULLIT DE PEIX" (Lomo de merluza, patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) (4,9)	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS (cebollita, zanahoria, pimiento rojo, verde) Y ARROZ
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Pollo con arroz y pisto de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Guiso de rape con verduras y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa de pasta y raolas caseras con tomate cherry / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla de patata con coliflor / Fruta	Sugerencia de cena: Muslito de pollo hervido con patata y verduras / Fruta
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
ARROZ 3 DELICIAS CON TORTILLA A LA FRANCESA (arroz, guisantes, zanahoria y judía verde) (3,9)	Lechuga, Zanahoria y Aceitunas	GAZPACHO	Lechuga, Tomate y Maíz	FESTIVO
YOGUR NATURAL (7)	GUIZO/PURÉ DE GARBANZOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde o calabacín, espinacas, acelga) (9)	POLLO AL HORNO CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, zanahoria, tomate)	LENTEJAS CON ARROZ Y SANFAINA (cebolla, pimiento rojo, verde, calabacín, berenjena, tomate)	
Sugerencia de cena: Lomo de merluza al horno con cebolla, tomate y pan / Fruta	Sugerencia de cena: Lazos de pasta con puerros, calabacín y pavo / Fruta	Sugerencia de cena: Lenguado enharinado y ensalada con pan / Fruta	Sugerencia de cena: Couscous con verduras y pollo troceado / Fruta	
	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Lechuga y Zanahoria rallada	FILETE DE RAPE CON ENSALADA RUSA CASERA (patata, zanahoria, judías verdes, guisantes) (4,9)	ENSALADA DE PASTA CON HUEVO COCIDO Y ACEITUNAS (tomate, zanahoria, lechuga, maíz, aceitunas) (1,3,9)	GAZPACHO	ARROZ SALTEADO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, pimiento rojo, pimiento verde) Y PAVO
LENTEJAS MELOSAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas, caldo) (9)			LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON CEBOLLA Y PATATA PANADERA (4)	
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Pavo salteado con cebolla, zanahoria y pimientos / Fruta	Sugerencia de cena: Garbanzos con cuscús y ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Muslito de pollo con ajitos y arroz con romero / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla a la francesa y patata con calabacín / Fruta	Sugerencia de cena: Raolas caseras de bacalao y tomate salteado / Fruta
ALÉRGENOS				
1: Cereales que contengan Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos				