

DICIEMBRE	Semana del 1 al 2	Semana del 5 al 9	Semana del 12 al 16	Semana del 19 al 23
LUNES		. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Huevos revueltos con puerros y calabacines . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Macarrones con tomate . Tortilla de patata . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y lechuga . Arroz con tomate frito . Huevo revuelto . Yogur natural
MARTES		F I E S T A	. Zumo de fruta . Ensalada de naranja y tomate . Puré de verdura . Palometa con tomate . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de naranja y tomate . Puré de verdura . Filete de ternera empanado . Yogur natural
MIÉRCOLES		. Zumo de fruta . Ensalada de tomate y aceitun . Crema de calabaza . Rape en salsa verde . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de tomate y aceitun . Crema de calabacín . Pollo empanado con patatas salsa cocida . Fritas . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de tomate y aceitun . Puré de verduras . Limanda rebozada . Yogur natural
JUEVES	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras . Pollo en salsa pepitoria con cuscús . Yogur natural	F I E S T A	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras . Garbanzos con pollo y ternera . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Crema de champiñones . Merluza rebozada con ajo/prej . Yogur natural
VIERNES	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manzana. . Puré de verduras . Salmón empanado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manzana. . Puré de verduras . Paella de verduras, pollo y pescado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manzana. . Puré de verduras . Merluza rebozada con ajo/prej . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manzana. . Puré de verduras . Garbanzos con pollo y ternera . Yogur natural

DICIEMBRE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko y galleta/cereal	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko/pan manteq	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko/gallt manteq
Meriendas	. Fruta Leche con cereales infla/gallet	. Papilla de fruta y yogur natural	. Fruta Leche con cereales infla/gallet	. Papilla de fruta y yogur natural	. Fruta Leche con cereales infla/gallet

ESTE MENÚ LO PUEDE ADAPTAR EL EDUCADOR (PIDIENDO MÁS PURÉS O ALIMENTOS SÓLIDOS) EN FUNCIÓN DEL GRUPO DE NIÑOS QUE TENGA

DICIEMBRE	Semana del 1 al 2	Semana del 5 al 9	Semana del 12 al 16	Semana del 19 al 23
LUNES		. Ensalada de lechuga, zanah y queso . Espaguetti con tomate . Huevos revueltos con puerros y calabacines . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanah y queso . Macarrones con tomate . Tortilla de patata . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanah y queso . Arroz con tomate frito . Huevo frito . Fruta y leche
MARTES		F I E S T A	. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Crema de calabacín . Palometa con tomate . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Acelgas rehogadas con patt . Filete de ternera empanado . Fruta y leche
MIERCOLES		. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Crema de calabaza . Rape en salsa verde . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lombarda rehogada con patta . Pollo empanado con patatas salsa cocida . Fritas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lentejas estofadas con verdur. . Limanda rebozada . Fruta y yogur natural
JUEVES	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Puré de verduras . Pollo en salsa pepitoria con cuscús . Fruta y leche	F I E S T A	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Sopa de cocido con fideos . Cocido de garbanzos con verduras, ternera y pollo . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Crema de champiñones . Merluza rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural
VIERNES	. Ensalada lechuga, tomate y manzana . Judías pintas estofada con verduras . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	. Ensalada lechuga, tomate y manzana . Paella de verduras, pollo y pescado . Fruta y yogur natural	. Ensalada lechuga, tomate y manzana . Judías pintas estofada con verduras . Merluza rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural	. Ensalada lechuga, tomate y manzana . Sopa de cocido con fideos . Cocido de garbanzos con verduras, ternera y pollo . Fruta y yogur natural

DICIEMBRE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko y galleta/cereal	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko pan tomat aceite	. Zumo de naranja natural . Leche sola o eko/pan manteq	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko pan tomat aceite
Meriendas	. Fruta . Leche y pan mantequilla	. Fruta . Pan con queso	. Fruta . Leche con pan con aceite	. Fruta . Yogur natural y galletas/cereal	. Fruta . Leche y pan mantequilla/aceite

Nota: el aceite en las meriendas y desayunos es virgen de oliva extra. Se puede sustituir el pan con mantequilla por aceite de oliva. Al pan con queso se le puede añadir una cucharadita de miel.