

FEBRERO	Semana del 1 de febrero	Semana del 4 al 8	Semana del 11 al 15	Semana del 18 al 22	Semana del 25 al 28
<b>LUNES</b>		. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y lechuga . Arroz con tomate . Huevo revuelto o frito . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y lechuga . Sopa de fideos . Tortilla de patatas . Yogur natural o vaso de leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Macarrones con tomate . Huevo revuelto calab y puerros . Yogur natural o vaso de leche	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y lechuga . Espaguetti con tomate . Tortilla francesa d 3e queso . Yogur natural o vaso leche
<b>MARTES</b>		. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Crema calabaz . Filete de ternera empanado . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura . Ternera con salsa zanahorias . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras/ Coliflor . Ternera de tomate con patatas fritas . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Crema puerros . Ternera a la jardinera con cuscús . Yogur natural o vaso de leche
<b>MIERCOLES</b>		. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Potaje de legumbre y verdura . Limanda rebozada con ajo/prej . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura/ j. blancas . Bacalao con tomate . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras/ lentejas . Merluza rebozada con ajo/prej . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura/ j. pintas . Limanda rebozada con ajo/prej . Yogur natural o vaso leche
<b>JUEVES</b>		. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura/ j. verdes . Muslos de pollo al ajillo . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura/ acelgas . Pollo en pepitoria con cuscús . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de calabacín . Salmón empanado . Yogur natural o vaso de leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura/ acelgas . Pollo con tomate y ptatas fritas . Yogur natural o vaso de leche
<b>VIERNES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verdura/ lentejas verd . Salmón empanado . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verdura/ j. pintas . Palometa con tomate . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manzana . Paella de carne de pollo y pescado . Yogur natural o vaso leche	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verduras . Garbanzos con ternera y pollo . Yogur natural	

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Desayunos</b>	. 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
<b>Meriendas</b>	. 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**

FEBRERO	Semana del 1 de febrero	Semana del 4 al 8	Semana del 11 al 15	Semana del 18 al 22	Semana del 25 al 28
<b>LUNES</b>		. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Arroz c/tomate y huevo frito . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Sopa de fideos . Tortilla de patatas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Macarrones con tomate . Huevos revueltos con puerros y calabacines . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Espagueti con tomate . Tortilla francesa de queso . Fruta y leche
<b>MARTES</b>		. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Crema de calabaza . Filete de ternera empanado . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Puré de verdura . Ternera con salsa de zanah . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor y naranja . Coliflor rehogada con patatas . Ternera de tomate con patatas fritas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Crema de puerros . Ternera a la jardinera y cuscús . Fruta y leche
<b>MIÉRCOLES</b>		. Ensalada lechuga, tomate y aceitunas . Potaje de verdura y legumbre . Limanda rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Judías blancas estofadas con verduras . Bacalao rebozado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lentejas estofadas c/verdura . Merluza rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Judías pintas estofad c/verdura . Limanda rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural
<b>JUEVES</b>		. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Judías verdes rehogadas con patatas . Muslos de pollo al ajillo . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Acelgas rehogadas c/patatas . Pollo en salsa con pepitoria y cuscús . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Puré de calabacín . Salmón empanado . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahor. tomate . Menestra de verduras . Pollo con tomate y patatas frita . Fruta y leche
<b>VIERNES</b>	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Lentejas estofadas c/verdura . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, zanahoria y manzana . Judías pintas estofad c/verdura . Palometa con tomate . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Paella de carne de pollo y pescado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Sopa de cocido con fideos . Cocido de garbanzos con verd. carne de ternera y pollo . Fruta y yogur natural	

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Desayunos</b>	. 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
<b>Meriendas</b>	. Fruta . Leche y pan mantequilla	. Fruta . Yogur natural y galletas/cereal	. Fruta . Pan con queso	. Fruta . Yogur natural y galletas/cereal	. Fruta . Leche y pan mantequilla

Nota: se puede sustituir el pan con mantequilla por aceite de oliva. Al pan con queso se le puede añadir una cucharadita de miel.