

MAYO	Semana del 3 al 7	Semana del 10 al 14	Semana del 17 al 21	Semana del 24 al 28	Semana del 31 de mayo
LUNES	NO LECTIVO	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Arroz con tomate . Huevo frito . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Espaguetis con tomate . Huevos revueltos con puerros y calabacín . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Espirales con tomate . Tortilla francesa de queso . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Sopa de fideos . Tortilla de patata . Yogur natural/leche fresca
MARTES	NO LECTIVO	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras . Merluza con salsa de zanahoria . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Judías pintas/ puré verduras . Merluza rebozada con ajo y perejil . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Crema de calabacín/Gazpacho . Ternera en salsa de zanahoria con cuscús . Yogur natural/leche fresca	
MIÉRCOLES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate y aceitunas . Macarrones con tomate . Tortilla de patata . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate y aceitunas . Sopa de fideos . Garbanzos, verdura, pollo y ternera . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate y aceitunas . Crema de puerros/Gazpacho . Croquetas de champiñones . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate y aceitunas . Lentejas/ puré de verduras . Salmón empanado . Yogur natural
JUEVES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Coliflor patata/puré verduras . Pollo asado con patatas fritas . Yogur natural/ leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Judías verdes con patatas/ . Puré de verduras . Pollo al ajillo con patatas fritas . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga, zanahoria . Acelgas patata/ puré verduras . Pechuga de pollo plancha con ajo y perejil y patat fritas . Yogur natural/leche fresca	
VIERNES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate/manzana . Judías blancas/ puré de verduras . Bacalao rebozado con ajo/perejil . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate/manzana . Lentejas/ puré de verduras . Salmón empanado . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate/manzana . Patatas guisadas con zanahoria/ . Puré de verduras . Palometa con tomate . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de tomate/manzana . Potaje de verdura/ puré verduras . Bacalao con salsa de verduras . Yogur natural

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural . Leche sola/eko y galleta/cereales	. Zumo de naranja natural . Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural . Leche sola o eko/pan mantequilla	. Zumo de naranja natural . Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural . Leche sola o eko/galletas mantequilla
Meriendas	. Fruta . Leche con cereales inflados/galletas	. Papilla de fruta y . yogur natural	. Fruta . Leche con cereales inflados/galletas	. Papilla de fruta y . yogur natural	. Fruta . Leche con cereales inflados/galletas

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

MAYO	Semana del 3 al 7	Semana del 10 al 14	Semana del 17 al 21	Semana del 24 al 28	Semana del 31 de mayo
LUNES	NO LECTIVO	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Arroz con tomate . Huevo frito . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Espaguetis con tomate . Huevos revueltos con puerros y calabacín . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Espirales con tomate . Tortilla francesa de queso . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Sopa de fideos . Tortilla de patata . Fruta y leche fresca
MARTES	NO LECTIVO	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Puré de verduras . Merluza con salsa de zanahoria . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Judías pintas con verduras . Merluza rebozada con ajo y perejil . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Crema de calabacín/Gazpacho . Ternera con salsa zanahorias con cuscús . Fruta y leche fresca	
MIÉRCOLES	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Macarrones con tomate . Tortilla de patata . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Sopa de cocido con fideos . Cocido de garbanzos, verdura pollo y ternera . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Crema de puerros/Gazpacho . Croquetas de champiñones . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lentejas con verdura . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	
JUEVES	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Coliflor rehogada con patata . Pollo asado con patatas fritas . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Brocol con patatas . Pollo en pepitoria con cuscús . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Judías verdes rehogadas c/patata . Pollo al ajillo con pat. fritas . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Acelgas rehogadas con patatas . Pechuga de pollo plancha con ajo y perejil y patatas fritas . Fruta y leche fresca	
VIERNES	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Judías blancas con verduras . Bacalao rebozado con ajo y perejil . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Lentejas con verdura . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Patatas guisadas con zanahoria . Palometa con tomate . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Potaje de garbanzos con verduras . Bacalao con salsa de verdura . Fruta y yogur natural	

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural Leche fresca sola/eko y galletas/cereales	. Zumo de naranja natural Leche fresca sola/eko pan tomate aceite	. Zumo de naranja natural Leche fresca sola o eko/pan mantequilla	. Zumo de naranja natural Leche fresca sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural Leche fresca sola/eko pan tomate aceite
Meriendas	. Fruta . Leche fresca y pan mantequilla	. Fruta . Yogur natural y galletas/cereales	. Fruta . Pan con queso	. Fruta . Leche fresca y pan con aceite	. Fruta . Leche fresca 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.

Verduras ecológicas: brécol, calabacín, calabaza, cebolla, coliflor, guisantes, pimiento verde y rojo, puerro, tomate con piel para salsa y zanahoria