

MENUS CORRESPONDIENTES AL MES DE ABRIL

de 18 meses a 2 años.

ABRIL	Semana del 1 de abril	Semana del 4 al 8	Semana del 11 al 15	Semana del 18 al 22	Semana del 25 al 29
LUNES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de escarola y tomate . Espagueti con tomate y berenjena . Tortilla de patata . Yogur natural/leche fresca	SEMANA SANTA	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de escarola y tomate . Arroz blanco con huevo frito y tomate . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de escarola y tomate . Macarrones con tomate . Huevos revueltos c/puerros y calabacin . Yogur natural/leche fresca
MARTES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de naranja y tomate . Crema de calabaza . Ternera con salsa de zanahoria y cuscús . Yogur natural/leche fresca	SEMANA SANTA	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de naranja y tomate . Puré de verduras . Judías pintas estofad c/verdura y arroz . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de naranja y tomate . Puré de verduras . Lentejas estofadas c/verdura y quinoa . Yogur natural
MIÉRCOLES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Puré de verduras/ judías blancas . Limanda rebozada con ajo/perejil . Yogur natural	SEMANA SANTA	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Puré de verduras . Merluza rebozada . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Patatas guisadas con verduras . Salmón en salsa verde . Yogur natural/leche fresca
JUEVES		. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras/brécol . Pechuga pollo a la plancha y patatas fritas . Yogur natural/leche fresca	SEMANA SANTA	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras/ j. verdes con patatas . Pollo al ajillo con pat. fritas . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras/coliflor con patatas . Filete de pollo empanado . Yogur natural/leche fresca
VIERNES	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de repollo y zanahoria . Puré de verdura/ potaje . Palometa con tomate . Yogur natural	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de repollo y zanahoria . Puré de verduras . Paella de verduras, guisantes y pescado . Yogur natural/leche fresca	SEMANA SANTA	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de repollo y zanahoria . Puré de verdura . Patatas guisadas con bacalo . Yogur natural/leche fresca	. Zumo de naranja/fruta entera . Ensalada de repollo y zanahoria . Puré de verduras/ j. blancas . Empanadillas con pisto y bacalao . Yogur natural

ABRIL	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko y galleta/cereales	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko pan tomate 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/eko pan tomate aceite
Meriendas	. Fruta . Leche sola o eko/pan mantequilla	. Papilla de fruta/ fruta entera y yogur natural	. Fruta Leche sola/eko pan tomate aceite	. Papilla de fruta/ fruta entera y yogur natural	. Fruta . Leche sola o eko/pan mantequilla
Cenas	. Puré de verduras/ sopa de fideos/legumbres . Pescado rebozado/plancha/guisado	. Arroz o pasta cocida/ patatas guisadas Huevo en tortilla o revuelto	. Verduras cocidas o guisantes o en puré verduras Croquetas/empanadillas con ensalada	. Cuscús o pasta cocida con tomate Huevo en tortilla o revuelto	. Ensalada variada . Pizza elaborada en casa o pasta tomate o arroz

**ESTE MENU LO PUEDE ADAPTAR EL EDUCADOR (PIDIENDO MAS PURES O ALIMENTOS SOLIDOS) EN FUNCION DEL GRUPO DE NINOS QUE TENGA**

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

MENUS CORRESPONDIENTES AL MES DE ABRIL

mayores de 2 años

ABRIL	Semana del 1 de abril	Semana del 4 al 8	Semana del 11 al 15	Semana del 18 al 22	Semana del 25 al 29
LUNES		. Ensalada de escarola, tomate y aceitunas . Espagueti con tomate y berenjenas . Tortilla de patata . Fruta y leche fresca	SEMANA SANTA	. Ensalada de escarola, tomate y aceitunas . Arroz blanco con huevo frito y tomate . Fruta y leche fresca	. Ensalada de escarola, tomate y aceitunas . Macarrones con tomate . Huevos revueltos c/puerros y calabacín . Fruta y leche fresca
MARTES		. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Crema de calabaza . Ternera con salsa de zanahoria y cuscús . Fruta y leche fresca	SEMANA SANTA	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Judías pintas estofad c/verdura y arroz . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja . Lentejas estofadas c/verdura y quinoa . Fruta y yogur natural
MIÉRCOLES		. Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Judías blancas estofadas c/verduras . Limanda rebozada con ajo/prej . Fruta y yogur natural	SEMANA SANTA	. Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Puré de verduras . Fruta y leche fresca	. Ensalada de brotes tiernos de lechugas, fresas y queso . Patatas guisadas con verduras . Fruta y leche fresca
JUEVES		. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria . Brocol con patatas . Pechuga de pollo a plancha con ajo/perj y patata fritas . Fruta y leche fresca	SEMANA SANTA	. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria . Judías verdes reh/patata . Pollo al ajillo con pat. fritas . Fruta y leche fresca	. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria . Coliflor rehogada con patata . Pollo empanado. . Fruta y leche fresca
VIERNES	. Ensalada de repollo, zanahoria y manzana . Potaje de verdura y garbanzos . Palometa con tomate . Fruta y yogur natural	. Ensalada de repollo, zanahoria y manzana . Paella de verduras, guisantes y pescado . Fruta y yogur natural	SEMANA SANTA	. Ensalada de repollo, zanahoria y manzana . Patatas guisadas con bacalo . Fruta y yogur natural	. Ensalada de repollo, zanahoria y manzana . J. blancas estofadas c/verdura . Empanadillas con pisto y bacalao . Fruta y yogur natural

ABRIL	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayunos	. Zumo de naranja natural/Fruta . Pan con queso fresco y rodajas tomate	. Zumo de naranja natural/Fruta Leche fresca sola/eko yogur y pan tomat aceite	. Zumo de naranja natural/Fruta Leche frsca sola o eko o yogur y pan mantequilla	. Zumo de naranja natural/Fruta Leche fresca sola/eko yogur y pan y aceite	. Zumo de naranja natural/Fruta Leche fresca sola/eko yogur y pan tomat aceite
Meriendas	. Fruta . Leche fresca y pan mantequil	. Fruta Leche fresca o yogur y pan tomat aceite	. Fruta . Pan con queso fresco y rodajas tomate	. Fruta . Leche fresca y pan con aceite	. Fruta . Leche fresca y pan mantequilla
Cenas	. Puré de verduras/ sopa de fideos/legumbre .Pescado rebozado/plancha/guisado	. Arroz o pasta cocidao patatas guisadas . Huevo en tortilla o revuelto	. Verduras cocidas o guisantes .Croquetas/empanadillas con ensalada	. Cuscús o pasta cocida con tomate . Huevo en tortilla o revuelto	. Ensalada variada .Pizza elaborada en casa o pasta tomate o arroz

Nota: se puede sustituir el pan con mantequilla por aceite de oliva.

Verduras ecológicas: judía verde, brécol, calabacín, calabaza, coliflor, tomate con piel para salsa y zanahoria