



Comunidad de Madrid

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

**MENÚ MES DE JULIO
ESCUELA INFANTIL CAMPANILLA**



Recomendaciones para los Padres.

- Entre 1-3 años aprenden a masticar correctamente, introduciendo pequeñas cantidades de comida, con paciencia y tiempo, ensalivando correctamente, incluyendo de forma progresiva alimentos con texturas diferentes.
- La masticación favorece también el desarrollo del aparato fonador, con el que articulamos y producimos las palabras.
- Consumo moderado de sal, azúcar y miel.
- La sal, mejor si es yodada. Las bebidas recomendadas son el agua, la leche y los zumos naturales, hay que evitar el consumo de bebidas azucaradas (refrescos, zumos comerciales) por su escaso valor nutricional y por la cantidad de azúcares que contienen.
- Es aconsejable tomar 3-4 vasos de agua al día el consumo de productos frescos y del tiempo y cuando ello no sea posible los alimentos congelados.



A+10 Seguridad Alimentaria certifica que este menú está supervisado por dietistas diplomados garantizando una alimentación sana y equilibrada ajustada a las necesidades nutricionales de los niños.



MENU DE JULIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Sopa de cocido con fideos (G,H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Revuelto de tortilla. Ensalada de tomate. (H) Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. (H,G) Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L,G)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 19 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 20 Sopa de cocido (G, H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. (H,G) Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y atún. (H, G, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Batido de yogurt y pan. (L, G)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L, G)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (H, G, P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



DESAYUNOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lácteo (L) Fruta troceada Cereales integrales (L, G, H, F, S)	Lácteo (L) Fruta troceada Pavo y rebanada de pan. (G)	Lácteo (L) Fruta troceada Galletas integrales (L, S, F, G, S)	Lácteo (L) Fruta troceada Jamón York y rebanada de pan (G)	Lácteo (L) Fruta troceada Cereales integrales (L, S, F, G, S)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)
Los niños menores de 12 meses tomarán leche de continuación y cereales de la marca Hero baby (en papilla o biberón)

MERIENDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.
Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada Sándwich de pavo (G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo.(L) Fruta troceada Sándwich de quesito (L, G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada Galletas integrales (L, S, F, G, S)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada Sándwich de jamón york (G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada Sándwich de queso. (L, G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)



COMPLEMENTAR LA CENA EN BASE A LO QUE EL NIÑO HAYA COMIDO EN LA ESCUELA:

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA CENA
Cereales (pasta o arroz), patatas o legumbres	Verduras cocinadas u hortalizas crudas
Verduras	Cereales (arroz o pasta) o patatas
Carne	Pescados o huevos
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta



ALGUNAS RECOMENDACIONES MÁS:

1. Recomendable la pasta de colores.
2. Acompañar el pescado con salsas y guarniciones apetitosas como por ejemplo:
 - Salsa americana (hecha a base de hortalizas, arroz y caldo de pescado)
 - Salsa rosa (mezcla de mayonesa y kétchup)
 - Hacer brochetas de pescado con hortalizas, tomates cherry
 - En tortillas (por ejemplo: tortilla de atún)
 - Paella de pescado
 - Empanadillas de atún
3. Complementar en la medida de lo posible meriendas y media mañana con frutos secos (un puñado de nueces o pasas) ya que tienen un elevado contenido proteico y son ricos en vitaminas y fibra.
4. Moderar al consumo de sal (según los expertos los niños ingieren al día hasta el triple de lo que necesitan)
5. Asegurarse que los niños ingieren 3 raciones semanales de legumbres las cuales son los alimentos de origen vegetal más completos
6. Incluir 4 raciones de pescado a la semana (al menos una ración debe de ser de pescado azul tipo atún, sardinas, pez espada...





MENÚ JULIO ALÉRGICOS AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 Guiso de patatas y judías verdes. Salchichas de pollo al horno con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 2 Puré de verduras frescas. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Sopa de cocido con fideos Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate. Natillas caseras y pan. (L,G)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (P) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 19 Arroz salteado con bacón, guisantes y jamón york. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 20 Sopa de cocido. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y atún. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de cinta de lomo a la plancha con ensalada de tomate. Batido de yogurt y pan. (L, G)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L, G)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
 Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



DESAYUNOS ALÉRGICOS AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lácteo (L) Fruta troceada Cereales (S)	Lácteo(L) Fruta troceada Pavo y rebanada de pan.(G)	Lácteo (L) Fruta troceada Galletas (S)	Lácteo (L) Fruta troceada Jamón York y rebanada de pan.(G)	Lácteo (L) Fruta troceada Cereales (G, L, S, F)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)
Los niños menores de 12 meses tomarán leche de continuación y cereales de la marca Hero baby (en papilla o biberón)

MERIENDAS ALÉRGICOS AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.
Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo.(L) Fruta troceada Sándwich de pavo. (G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo.(L) Fruta troceada. Sándwich de queso. (L, G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo.(L) Fruta troceada. Galletas.(G)	Lácteo.(L) Fruta troceada Sándwich de jamón york.(G)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo.(L) Fruta troceada. Sándwich de queso. (L, G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)





MENÚ JULIO ALÉRGICOS AL PESCADO

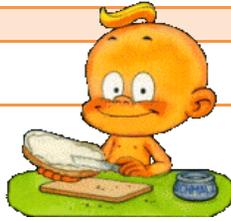
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 Guiso de patatas y judías verdes. Salchichas de pollo al horno con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 2 Puré de verduras frescas. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Sopa de cocido con fideos (G,H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 7 Guiso de arroz con carne y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Revuelto de tortilla. Ensalada de tomate. (H) Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. (H,G) Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de pollo a la plancha con patatas asadas. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L,G)	DIA 16 Sopa de ave con fideos (H, G) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 19 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 20 Sopa de cocido (G, H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete ruso de ternera a la plancha con guarnición de guisantes. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. (H,G) Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y carne picada de ternera. (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Batido de yogurt y pan. (L, G)	DIA 28 Guiso de patatas, carne zanahorias y judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L, G)	DIA 30 Sopa de ave con fideos. (H, G) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



MENÚ JULIO ALÉRGICOS A LA PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES



MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 1

Guiso de patatas y judías verdes.
Salchichas de pollo al horno con guarnición de guisantes.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 2

Puré de verduras frescas.
Filete ruso de ternera a la plancha.
Ensalada de tomate.
Fruta del tiempo y pan

DIA 5

Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. (G, H)
Ensalada de lechuga.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 6

Sopa de cocido con fideos (G,H)
Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 7

Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P)
Fruta del tiempo y pan.

DIA 8

Crema de calabacín.
Pollo en salsa con guarnición de guisantes.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 9

Guiso de patatas con zanahorias.
Revuelto de tortilla. (H)
Ensalada de tomate.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 12

Espirales con salsa de tomate. (H,G)
Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 13

Guiso de arroz con pollo y judías verdes.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 14

Crema de puerros.
Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P)
Fruta del tiempo y pan.

DIA 15

Lentejas guisadas con judías verdes.
Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H)
Postre de soja y pan. (S)

DIA 16

Sopa de pescado con fideos (H, G, P)
Cinta de lomo a la plancha.
Ensalada de lechuga.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 19

Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H)
Fruta del tiempo y pan.

DIA 20

Sopa de cocido (G, H)
Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 21

Crema de zanahorias.
Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes.(P)
Fruta del tiempo y pan.

DIA 22

Macarrones con salsa de tomate. (H,G)
Filete de Sajonia a la plancha.
Ensalada de lechuga.
Postre de soja y pan. (S)

DIA 23

Puré de lentejas.
Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 26

Hélices con salsa de tomate y atún. (H, G, P)
Ensalada de lechuga.
Fruta del tiempo y pan.

DIA 27

Lentejas guisadas con zanahorias.
Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H)
Postre de soja y pan. (S)

DIA 28

Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P)
Fruta del tiempo y pan.

DIA 29

Puré de verduras frescas.
Pollo en salsa con patatas panaderas.
Postre de soja y pan (S)

DIA 30

Sopa de pescado con fideos. (H, G, P)
Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes.
Fruta del tiempo y pan.

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja(S)
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006
El pan es sin gluten.



DESAYUNOS ALÉRGICOS A LA PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Pavo y rebanada de pan.	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales.	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Jamón york y rebanada de pan	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)
Los niños menores de 12 meses tomarán su leche de continuación y cereales que aporten al centro según prescripción médica.
El pan es sin gluten.

MERIENDAS ALÉRGICOS A LA PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.
Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de pavo(G)	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de jamón york(G)	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Galletas	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de jamón york.	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de pavo(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja(S)





MENÚ JULIO ALÉRGICO AL HUEVO Y A LA PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 Guiso de patatas y judías verdes. Salchichas de pollo al horno con guarnición de guisantes. Postre de soja y pan. (S)	DIA 2 Puré de verduras frescas. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan.
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 6 Sopa de cocido con fideos Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Postre de soja y pan. (S)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Postre de soja y pan. (S)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan.
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Postre de soja y pan. (S)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate. Postre de soja y pan. (S)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (P) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.
DIA 19 Arroz salteado con bacón, guisantes y jamón york. Fruta del tiempo y pan.	DIA 20 Sopa de cocido. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Postre de soja y pan. (S)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes.(P) Fruta del tiempo y pan	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Postre de soja y pan. (S)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan.
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y atún. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de cinta de lomo a la plancha con ensalada de tomate. Postre de soja y pan. (S)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Postre de soja y pan (S)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



DESAYUNOS ALÉRGICOS AL HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Pavo y rebanada de pan.	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales.	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Jamón york y rebanada de pan	Bebida de soja (S) Fruta troceada. Cereales

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)
Los niños menores de 12 meses tomarán su leche de continuación y cereales que aporten al centro según prescripción médica.

El pan es sin gluten.

MERIENDAS ALÉRGICOS AL HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.
Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de pavo(G)	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de jamón york(G)	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Galletas	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de jamón york.	Nivel 1-2 y 2-3: Bebida de soja Fruta troceada Sandwich de pavo(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)





MENÚ JULIO SIN GLÚTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 6 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Revuelto de tortilla. Ensalada de tomate. (H) Fruta del tiempo y pan.
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (P) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.
DIA 19 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan.	DIA 20 Sopa de cocido. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan.
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y atún. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Batido de yogurt y pan. (L)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
 Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



DESAYUNOS SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lácteo (L) Fruta troceada Cereales.	Lácteo (L) Fruta troceada. Pavo y rebanada de pan.	Lácteo (L) Fruta troceada. Galletas.	Lácteo (L) Fruta troceada. Jamón york y rebanada de pan.	Lácteo (L) Fruta troceada. Cereales.

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)
Los niños menores de 12 meses tomarán leche de continuación y cereales de la marca Hero baby (en papilla o biberón).

MERIENDAS SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas	Nivel 0-1: Papilla de frutas.	Nivel 0-1: Papilla de frutas.
Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo (L) Fruta troceada Sándwich de pavo.	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada. Sándwich de queso. (L)	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo. (L) Fruta troceada. Galletas.	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo (L) Fruta troceada Sándwich de jamón york.	Niveles 1-2 y 2-3: Lácteo (L) Fruta troceada. Sándwich de queso. (L)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)





MENÚ JULIO SIN SAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Sopa de cocido con fideos (G,H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de guisantes. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Revuelto de tortilla. Ensalada de tomate. (H) Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. (H,G) Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Lentejas guisadas con judías verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L,G)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Cinta de lomo fresca a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 19 Arroz salteado con guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 20 Sopa de cocido (G, H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de guisantes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. (H,G) Hamburguesa mixta a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 23 Puré de lentejas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y carne picada de ternera. (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Batido de yogurt y pan. (L, G)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L, G)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (H, G, P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
 Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006





MENÚ JULIO ALÉRGICOS A LOS GUISANTES, LENTEJAS, GARBANZOS Y CACAHUETE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 Guiso de patatas y judías verdes. Salchichas de pollo al horno con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 2 Puré de verduras frescas. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 5 Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de ternera. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Sopa de ave con fideos (G,H) Filete de pollo a la plancha con guarnición de zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 7 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 8 Crema de calabacín. Pollo en salsa con guarnición de patatas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 9 Guiso de patatas con zanahorias. Revuelto de tortilla. Ensalada de tomate. (H) Fruta del tiempo y pan (G)
DIA 12 Espirales con salsa de tomate. (H,G) Salchichas Frankfurt a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 14 Crema de puerros. Filete de merluza al horno con patatas asadas. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Puré de verduras frescas. Tortilla de patatas con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L,G)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Cinta de lomo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 19 Arroz salteado con bacón, jamón york y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 20 Sopa de ave con fideos. (G, H) Filete de pollo a la plancha con guarnición de zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 21 Crema de zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de patatas.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 22 Macarrones con salsa de tomate. (H,G) Filete de Sajonia a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 23 Puré de verduras frescas. Pollo al ajillo con guarnición de zanahorias. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Hélices con salsa de tomate y atún. (H, G, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Batido de yogurt y pan. (L, G)	DIA 28 Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 29 Puré de verduras frescas. Pollo en salsa con patatas panaderas. Natillas caseras y pan (L, G)	DIA 30 Sopa de pescado con fideos. (H, G, P) Hamburguesa mixta en su salsa con judías verdes. Fruta del tiempo y pan.(G)

En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Pescado (P), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G), Moluscos (M) y Soja(S)
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/2006



MENUS BEBES JULIO

JUEVES 1	Puré de verduras y hortalizas con pavo
VIERNES 2	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
LUNES 5	Puré de verduras y hortalizas con pollo
MARTES 6	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
MIÉRCOLES 7	Puré de verduras y hortalizas con pescado. (P)
JUEVES 8	Puré de verduras y hortalizas con pavo
VIERNES 9	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
LUNES 12	Puré de verduras y hortalizas con pollo
MARTES 13	Puré de verduras y hortalizas con ternera
MIÉRCOLES 14	Puré de verduras y hortalizas con pescado. (P)
JUEVES 15	Puré de verduras y hortalizas con pavo
VIERNES 16	Puré de verduras y hortalizas con ternera
LUNES 19	Puré de verduras y hortalizas con pollo
MARTES 20	Puré de verduras y hortalizas con ternera
MIÉRCOLES 21	Puré de verduras y hortalizas con pescado. (P)
JUEVES 22	Puré de verduras y hortalizas con pavo
VIERNES 23	Puré de verduras y hortalizas con ternera
LUNES 26	Puré de verduras y hortalizas con pollo
MARTES 27	Puré de verduras y hortalizas con ternera
MIÉRCOLES 28	Puré de verduras y hortalizas con pescado. (P)
JUEVES 29	Puré de verduras y hortalizas con pavo
VIERNES 30	Puré de verduras y hortalizas con ternera



En el presente menú se detalla la presencia de posibles alérgenos en los alimentos que se suministran: Leche (L), Huevo (H), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S). Los postres lácteos comprenden: biberón con leche de continuación o yogurt natural o frutas.