

## Recomendaciones para los Padres.

La creación de hábitos alimentarios santos durante la infancia es muy importante por los siguientes motivos:

- Una alimentación equilibrada contribuye a un correcto crecimiento y desarrollo del niño.
- La adopción de buenos hábitos alimentarios durante la infancia, favorecerá el mantenimiento, en la edad adulta, contribuyendo a la prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad, algunos tipos de cánceres.
- Un niño que no se alimenta de forma equilibrada puede sufrir trastornos de desnutrición, anemia, sobrepeso, obesidad, caries, problemas de aprendizaje y de conducta.
- Unido a una buena alimentación es muy importante realizar actividad física.



**Comunidad de Madrid**  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

## **MENÚ MES DE ABRIL** **ESCUELA INFANTIL CAMPANILLA**



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 ABRIL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 FESTIVO	DIA 2 FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (L, G)	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con jamón York. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 12</b> Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (L, G)	<b>DIA 13</b> Crema de zanahorias. Escalope de pollo con guarnición de patatas dado.(H, G) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 14</b> Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 15</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H). Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 16</b> Sopa de pescado con fideos. (G, H, P) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes. (P) Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 26</b> Espaguetis con atún y salsa de tomate. (H,G,P) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 27</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Batido de Yogurt y pan.(L, G)	<b>DIA 28</b> Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 29</b> Sopa de ave con fideos.(H,G) Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 30</b> Guiso de arroz con pollo y 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) y Soja(S)  
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/



## 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 ketchup)
  - 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. Fomentar la cena en familia de esta manera
5. nos aseguramos el consumo de frutas y verduras y por lo tanto conseguimos que el aporte de nutrientes sea el adecuado.
6. Moderar al consumo de sal (según los expertos los niños ingieren al día hasta el triple de lo que necesitan)
7. Asegurarse que los niños ingieren 3 raciones semanales de legumbres las cuales son los alimentos de origen vegetal más completos
8. Incluir 4 raciones de pescado a la semana (al menos una ración debe de ser de pescado azul tipo atún, sardinas, pez espada)





## MENÚ ABRIL ALÉRGICOS AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1	DIA 2
			FESTIVO	FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos. Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 12</b> Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	<b>DIA 13</b> Crema de zanahorias. Filete de pollo a la plancha con guarnición de patatas dado. Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 14</b> Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 15</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 16</b> Sopa de pescado con fideos. (P) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón guisantes y jamón york. Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos. Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes. (P) Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 26</b> Espaguetis con atún y salsa de tomate. (P) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 27</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate natural. Batido de Yogurt y pan.(L, G)	<b>DIA 28</b> Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 29</b> Sopa de ave con fideos. Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 30</b> Guiso de arroz con pollo y 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) y Soja(S)  
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/



## 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 ABRIL ALÉRGICOS AL PESCADO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 FESTIVO	DIA 2 FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, carne zanahorias y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con jamón York. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 12 Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	DIA 13 Crema de zanahorias. Escalope de pollo con guarnición de patatas dado.(H, G) Batido de yogur y pan (L, G)	DIA 14 Guiso de arroz con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H). Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 16 Sopa de ave con fideos. (G, H) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de pollo a la plancha con guarnición de judías verdes.(P) Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla. (H) Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate. (H,G) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Batido de Yogurt y pan.(L, G)	DIA 28 Crema de calabacín. Filete de pollo a la plancha con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan (G)	DIA 29 Sopa de ave con fideos. (G, H) Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 30 Guiso de arroz con pollo y 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) y Soja(S)  
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/





## MENÚ ABRIL ALÉRGICOS A LA PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1 FESTIVO	DIA 2 FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan.	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Postre de soja y pan (S)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Postre de soja y pan. (S)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con jamón York. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 12</b> Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta y pan.	<b>DIA 13</b> Crema de zanahorias. Escalope de pollo con guarnición de patatas dado.(H, G) Postre de soja y pan (S)	<b>DIA 14</b> Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 15</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H). Postre de soja y pan. (S)	<b>DIA 16</b> Sopa de pescado con fideos. (G, H, P) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Postre de soja y pan. (S)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes. (P) Fruta fresca y pan.	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Postre de soja y pan. (S)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 26</b> Espaguetis con atún y salsa de tomate. (H,G,P) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 27</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Postre de soja y pan.(S)	<b>DIA 28</b> Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan.	<b>DIA 29</b> Sopa de ave con fideos. Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Postre de soja y pan. (S)	<b>DIA 30</b> Guiso de arroz con pollo y 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/

## 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 ABRIL ALÉRGICOS AL HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

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



## 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 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), Frutos Secos (F), Gluten (G) y Soja (S)





## MENÚ ABRIL SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1	DIA 2
			FESTIVO	FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan.	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan (L)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con jamón York. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 12</b> Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Fruta y pan.	<b>DIA 13</b> Crema de zanahorias. Filete de pollo a la plancha con guarnición de patatas dado. Batido de yogur y pan. (L)	<b>DIA 14</b> Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 15</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H) Natillas caseras y pan. (L)	<b>DIA 16</b> Sopa de pescado con fideos.(P) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan. (L)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes.(P) Fruta fresca y pan.	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan.
<b>DIA 26</b> Espaguetis con atún y salsa de tomate. (P) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan.	<b>DIA 27</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Batido de Yogurt y pan.(L)	<b>DIA 28</b> Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan.	<b>DIA 29</b> Sopa de ave con fideos. Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L)	<b>DIA 30</b> Guiso de arroz con pollo y 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), 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  
Las pastas y el pan son sin gluten



## 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 quesito. (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 ABRIL BAJO EN SAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1	DIA 2
			FESTIVO	FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Filete de pollo a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	<b>DIA 6</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 12</b> Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (L, G)	<b>DIA 13</b> Crema de zanahorias. Escalope de pollo con guarnición de patatas dado. (H, G) Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 14</b> Guiso de arroz con pescado y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 15</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H). Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 16</b> Sopa de pescado con fideos. (G, H, P) Cinta de lomo fresca a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con guisantes y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 20</b> Sopa de cocido con fideos (G, H) Cocido completo (garbanzos, carne, verduras) Batido de yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes. (P) Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla. (H) Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Filete de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 26</b> Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate. (H, G) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 27</b> Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Batido de Yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 28</b> Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de guisantes. Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 29</b> Sopa de ave con fideos. Hamburguesa casera mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 30</b> Guiso de arroz con pollo y 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) y Soja(S)  
 Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/





## MENÚ ABRIL ALÉRGICOS A LOS GUISANTES, LENTEJAS, GARBANZOS Y CACAHUETE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			DIA 1	DIA 2
			FESTIVO	FESTIVO
<b>DIA 5</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Salchichas Frankfurt a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta y pan. (G)	<b>DIA 6</b> Sopa de ave con fideos.(H, G) Pollo a la plancha con guarnición de zanahorias. Batido de yogur y pan (L, G)	<b>DIA 7</b> Guiso de patatas, pescado zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 8</b> Puré de verduras frescas Pollo al ajillo con guarnición de patatas dado. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 9</b> Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con jamón York. (H) Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 12 Espirales con carne picada de ternera y salsa de tomate (H, G) Ensalada de lechuga. Fruta y pan.(G)	DIA 13 Crema de zanahorias. Escalope de pollo con guarnición de patatas dado.(H, G) Batido de yogur y pan (L, G)	DIA 14 Guiso de arroz con pescado y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 15 Puré de verduras. Tortilla de patata con ensalada de tomate. (H). Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 16 Sopa de pescado con fideos. (G, H, P) Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de zanahorias rehogadas. Fruta del tiempo y pan. (G)
<b>DIA 19</b> Arroz salteado con bacón, jamón york y revuelto de tortilla. (H) Fruta del tiempo y pan. (G)	<b>DIA 20</b> Sopa de ave con fideos.(H, G) Pollo a la plancha con guarnición de zanahorias. Batido de yogurt y pan. (L, G)	<b>DIA 21</b> Guiso de patatas y zanahorias. Filete de merluza en salsa con guarnición de judías verdes.(P) Fruta fresca y pan (G)	<b>DIA 22</b> Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan. (L, G)	<b>DIA 23</b> Crema de calabacín. Salchichas de pollo a la plancha con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 26 Espaguetis con atún y salsa de tomate. (H,G,P) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Puré de verduras frescas. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. (H) Batido de Yogurt y pan.(L, G)	DIA 28 Crema de calabacín. Filete de merluza al horno con guarnición de judías verdes.(P) Fruta fresca y pan (G)	DIA 29 Sopa de ave con fideos.(H, G) Hamburguesa mixta en su salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 30 Guiso de arroz con pollo y 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) y Soja(S)  
Se somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho según el R.D. 1420/



## MENUS BEBÉS ABRIL

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