



**Comunidad de Madrid**

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

**MENÚ MES DE MAYO**  
**ESCUELA INFANTIL CAMPANILLA**



**Recomendaciones para los Padres.**

- La dieta equilibrada, en energía y nutrientes, debe contemplar en los niños 4 comidas.
- La dieta cuanto más variada, más equilibrada, antes de concluir que un alimento no le gusta al niño es conveniente preparárselo de diferentes maneras.
- Hay que probar un alimento entre 8 y 10 veces para poder observar un aumento de aceptación.
- Las dietas con poca variedad pueden ser deficitarias en algunos nutrientes.
- Preparar pequeñas raciones, los platos que sean atractivos a la vista (colores, formas) la temperatura de los

alimentos adecuada.

- Ofrecer los nuevos alimentos con otros que le gusten y le sean familiares.
- Prepararles los alimentos con técnicas culinarias y presentaciones distintas.



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 MAYO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (G, H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H). Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 11 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 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P). Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate.(G, H) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Batido de yogur y pan.(L, G)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.(G)
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 25 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 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate (G, H) 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. 1420/2006



## 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. 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 MAYO ALÉRGICO AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Filete ruso a la plancha con ensalada de tomate natural. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y jamón york. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 11 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P). Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate natural. Batido de yogur y pan.(L, G)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos(P) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.(G)
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 25 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate. 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. 1420/2006



## 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 MAYO ALÉRGICO AL PESCADO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con carne picada de ternera y salsa de tomate. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H). Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 11 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 12 Guiso de patatas con carne, zanahorias y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate.(G, H) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Batido de yogur y pan.(L, G)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de pollo en salsa con patatas panaderas. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 21 Sopa de pollo con fideos (H, G) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.(G)
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con jamón york.(H) Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 25 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 26 Guiso de arroz con pollo, zanahorias y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate (G, H) 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)





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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (G, H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Postre de soja y pan. (S)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan.
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H). Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 11 Sopa de cocido con fideos. (G, H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias Postre de soja y pan. (S)	DIA 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P). Fruta del tiempo y pan.	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Postre de soja y pan.(S)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan.
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate.(G, H) Fruta del tiempo y pan.	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Postre de soja y pan.(S)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Postre de soja y pan.(S)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 25 Sopa de cocido con fideos. (G, H) Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Postre de soja y pan. (S)	DIA 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Postre de soja y pan.(S)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan.
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate (G, H) 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  
Los postres son de soja y el pan 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 MAYO ALÉRGICO AL HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Postre de soja y pan. (S)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Filete ruso a la plancha con ensalada de tomate natural. Fruta del tiempo y pan.
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y jamón york. Ensalada de lechuga Fruta del tiempo y pan.	DIA 11 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias Postre de soja y pan. (S)	DIA 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes.(P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Postre de soja y pan.(S)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan.
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate. Fruta del tiempo y pan.	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Filete de pollo a la plancha con ensalada de tomate natural. Postre de soja y pan.(S)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Postre de soja y pan.(S)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos(P) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. Filete ruso de ternera a la plancha. Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 25 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Postre de soja y pan. (S)	DIA 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Postre de soja y pan.(S)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan.
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate. 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

## 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 MAYO SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan.
DIA 10 Arroz salteado con bacón, guisantes y revuelto de tortilla. (H). Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 11 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias Batido de yogur y pan. (L)	DIA 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan.(L)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan.
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate. Fruta del tiempo y pan.	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Batido de yogur y pan.(L)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos(P) Filete de Sajonia con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.	DIA 25 Sopa de cocido con fideos. Cocido completo con pollo, morcillo, judías verdes, patatas y zanahorias. Batido de yogur y pan. (L)	DIA 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan.	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan.
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate. 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

## 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 MAYO BAJO EN SAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con carne picada de ternera y salsa de tomate. (G, H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo fresca a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 7 Lentejas guisadas con j. verdes. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 10 Arroz blanco con salsa de tomate. Revuelto de tortilla. (H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 11 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 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa casera en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate.(G, H) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 18 Lentejas guisadas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Batido de yogur y pan.(L, G)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 20 Arroz blanco al horno con salsa de tomate. Filete de pollo a la plancha. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Filete de cinta de lomo fresca con guarnición de guisantes rehogados. Fruta del tiempo y pan.(G)
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla. (H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 25 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 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Filete de pollo a la plancha con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate (G, H) 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. 1420/2006





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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 3 FESTIVO	DIA 4 INHABIL	DIA 5 Hélices con atún y salsa de tomate. (G, H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 6 Crema de calabacín. Cinta de lomo adobada a la plancha con guarnición de patatas fritas. Natillas caseras y pan. (L, G)	DIA 7 Crema de zanahorias Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 10 Arroz salteado con bacón, jamón de york y revuelto de tortilla. (H) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 11 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 12 Guiso de patatas con pescado, zanahorias y judías verdes. (P). Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 13 Macarrones con salsa de tomate. (G, H) Pollo en salsa con guarnición de zanahorias. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 14 Puré de verduras frescas. Hamburguesa en su salsa con patatas fritas. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 17 Espaguetis con carne picada de ternera y salsa de tomate.(G, H) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 18 Puré de patatas con zanahorias. Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural.(H) Batido de yogur y pan.(L, G)	DIA 19 Crema de puerros. Filete de merluza en salsa con patatas panaderas. (P) Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 20 Arroz blanco al horno con salchichas Frankfurt y salsa de tomate. Ensalada de lechuga. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 21 Sopa de pescado con fideos (H, G, P) Filete de Sajonia. Ensalada de tomate. Fruta del tiempo y pan.(G)
DIA 24 Espirales con salsa de tomate. (G, H) Revuelto de tortilla con atún. (H, P) Ensalada de lechuga. Fruta del tiempo y pan.(G)	DIA 25 Sopa de ave con fideos. (G, H) Pollo a la plancha con guarnición de zanahorias. Batido de yogur y pan. (L, G)	DIA 26 Guiso de arroz con pescado, zanahorias y judías verdes. (P) Fruta del tiempo y pan. (G)	DIA 27 Crema de zanahorias. Salchichas de pollo al horno con guarnición de patatas panaderas. Natillas caseras y pan.(L, G)	DIA 28 Guiso de patatas con pollo y judías verdes. Fruta del tiempo y pan. (G)
DIA 31 Macarrones con carne picada de ternera y salsa de tomate (G, H) 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. 1420/2006

### MENUS BEBES MAYO

<b>LUNES 3</b>	<b>FESTIVO</b>
<b>MARTES 4</b>	<b>INHABIL</b>
<b>MIÉRCOLES 5</b>	Puré de verduras y hortalizas con pescado.(P)
<b>JUEVES 6</b>	Puré de verduras y hortalizas con pavo.
<b>VIERNES 7</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera
<b>LUNES 10</b>	Puré de verduras y hortalizas con pollo
<b>MARTES 11</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>MIÉRCOLES 12</b>	Puré de verduras y hortalizas con pescado.(P)
<b>JUEVES 13</b>	Puré de verduras y hortalizas con pavo.
<b>VIERNES 14</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>LUNES 17</b>	Puré de verduras y hortalizas con pollo
<b>MARTES 18</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>MIÉRCOLES 19</b>	Puré de verduras y hortalizas con pescado.(P)
<b>JUEVES 20</b>	Puré de verduras y hortalizas con pavo.
<b>VIERNES 21</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>LUNES 24</b>	Puré de verduras y hortalizas con pollo.
<b>MARTES 25</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>MIÉRCOLES 26</b>	Puré de verduras y hortalizas con pescado.(P)
<b>JUEVES 27</b>	Puré de verduras y hortalizas con pavo.
<b>VIERNES 28</b>	Puré de verduras y hortalizas con ternera.
<b>LUNES 31</b>	Puré de verduras y hortalizas con pollo.



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.