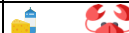


MENÚ ESCUELAS MUNICIPALES

MENÚ SEPTIEMBRE. GRUPO 2: 2- 3 AÑOS (SIN GLUTEN)

	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8
DESAYUNO		Yogur con fruta y copos de maíz 	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva 	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva 	Yogur con compota de manzana 
COMIDA		Garbanzos con calabaza y pollo Ensalada de tomate y queso fresco Pan (s.g.) y fruta 	Pasta (s.g.) con verduras y atún Ensalada de tomate y zanahoria Yogur 	Arbolitos de brócoli al ajoarriero Merluza en salsa verde Fruta y pan (s.g.) 	Alubias rojas con verdura Ensalada de patata y kiwi Queso fresco 
MERIENDA		Batido de leche con plátano y cacao 	Macedonia de frutas	Fruta y queso fresco 	Fruta y leche 
VEGETALES		 45%	 35%	 50%	 34%
PROTEÍNA		35%	28%	25%	29%
CEREALES		20%	37%	25%	37%
	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15
DESAYUNO	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva 	Yogur con fruta y copos de maíz 	Yogur con cereales de maíz y fruta 	Leche, tostada (s.g.) con compota de manzana 	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva 
COMIDA	Judías verdes con zanahoria Pollo al horno con patata Fruta y pan (s.g.) 	Purrusalda Bacalao con tomate Fruta y pan (s.g.) 	Arroz con pollo y verduras Ensalada de tomate y zanahoria Fruta 	Ensalada de lechuga y tomate Halibut con pisto Fruta y pan (s.g.) 	Lentejas con verdura y patata Pavo a la plancha fruta 
MERIENDA	Tostada (s.g.) de queso fresco con plátano 	Bocadillito (s.g.) de fiambre	Batido de leche con plátano y cacao 	Yogur con fruta 	Bocadillito (s.g.) de jamón cocido con tomate
VEGETALES	 51%	 50%	 34%	 47%	 43%
PROTEÍNA	32%	26%	29%	28%	38%
CEREALES	18%	24%	37%	25%	19%
	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22

DESAYUNO	Gachas de leche con avena (s.g.) y fruta	Macedonia y queso fresco	Leche, fruta, pan con aceite de oliva	Yogur con cereales de maíz y fruta	Yogur con compota de manzana
					
COMIDA	Crema de calabacín	Alubias rojas a la burgalesa	Cazuela marinera de patatas con pota y mejillón	Menestra con jamón	Garbanzos con espinacas y bacalao
	Filete de jamón (s.g.) con ensalada de tomate	Berenjena con queso	Ensalada de tomate y zanahoria	Hamburguesa de ternera con ensalada de tomate	Ensalada
	Fruta y pan (s.g.)	Fruta	Yogur	Fruta y pan (S.g.)	Fruta y pan (s.g)
					
MERIENDA	Yogur con fruta	Bocadillito (s.g.) jamón cocido	Batido de leche con plátano y cacao	Yogur con fruta	Macedonia de frutas
					
VEGETALES	50%	48%	36%	51%	42%
PROTEÍNA	28%	29%	30%	25%	38%
CEREALES	23%	23%	34%	24%	20%
	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27	DÍA 28	DÍA 29
DESAYUNO	Gachas de leche con avena (s.g.) y fruta	Yogur con compota de manzana Tostada (s.g.)	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva	Macedonia y queso fresco Tostada (s.g.)	Leche, fruta, pan (s.g.) con aceite de oliva
					
COMIDA	Crema de calabaza	Lentejas con verdura y arroz	Coliflor al ajoarriero	Pasta (s.g.) con champiñón y gambas	Alubias blancas con calabaza y champiñón
	Pollo al horno con calabacín panadero	Ensalada de tomate y queso fresco	Atún con tomate	Tomate aliñado con queso fresco	Tortilla de patata
	Fruta y pan (s.g.)	Fruta	Pan (s.g.) y fruta	Fruta	Fruta
					
MERIENDA	Yogur con fruta	Bocadillito (s.g.) de jamón cocido	Fruta y queso fresco	Yogur con fruta	Macedonia de frutas
					
VEGETALES	30%	48%	50%	34%	42%
PROTEÍNA	45%	29%	28%	29%	39%
CEREALES	25%	23%	22%	37%	19%

Soja	Altramuces	Apio	Sulfitos	Gluten	Lactosa	Moluscos	Crustáceos	Pescado	Sésamo	Mostaza	Huevo	F. secos	Cacahuete
													