



DESAYUNO

PAN TOSTADO CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA + LECHE ENTERA AL GUSTO

MEDIA MAÑANA

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

ENSALADA

DE LA CASA (lechuga, tomate, aceitunas, piña)	MEDITERRÁNEA (lechuga, tomate, queso, aceitunas negras, ajo, orégano)	ANDALUSÍ (lechuga, pasas, vinagreta con miel y albahaca, huevo duro)	ARCO IRIS (lechuga, tomate, zanahoria rallada, remolacha rallada, maíz)	DE LA ESTACIÓN (compuesta por hortalizas de las 4 temporadas)
--	--	---	--	--

1º PLATO

ESPAGUETIS CON SALSA CASERA	COCIDO DE GARBANZOS CON HORTALIZAS	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	PATATAS CAMPESINAS CON VERDURAS	CREMA DE CALABACÍN Y PATATA
-----------------------------	------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	-----------------------------

2º PLATO

TORTILLA DE ESPINACAS	MERLUZA AL HORNO	BERENJENAS GRATINADAS	ROLLITOS DE PAVO Y QUESO	FILETE RUSO
-----------------------	------------------	-----------------------	--------------------------	-------------

POSTRE

FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA
--------------------	---------------	--------------------	---------------	--------------------

PAN SEMI-INTEGRAL O ENTERO Y AGUA

MERIENDA

2-6 AÑOS

LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	FRUTA + PAN CON ACEITE Y QUESO	FRUTA + YOGUR CASERO + PAN CON ACEITE	LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	YOGUR + BIZCOCHO CASEROS
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------



DESAYUNO

PAN TOSTADO CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA + LECHE ENTERA AL GUSTO

MEDIA MAÑANA

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

ENSALADA

DE LA CASA (lechuga, tomate, aceitunas, piña)	MEDITERRÁNEA (lechuga, tomate, queso, aceitunas negras, ajo, orégano)	ANDALUSÍ (lechuga, pasas, vinagreta con miel y albahaca, huevo duro)	ARCO IRIS (lechuga, tomate, zanahoria rallada, remolacha rallada, maíz)	DE LA ESTACIÓN (compuesta por hortalizas de las 4 temporadas)
--	--	---	--	--

1º PLATO

MACARRONES CON PISTO <small>(tomate casero y queso gratinado)</small>	JUDÍAS BLANCAS CON ARROZ Y VERDURAS	ARROZ CHINO TRES DELICIAS	PATATAS GUIADAS CON ALMENDRAS <small>(ajo pollo)</small>	SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS Y ZANAHORIA
--	-------------------------------------	---------------------------	---	--

2º PLATO

TORTILLA DE JAMÓN SERRANO	BACALAO AL HORNO	FILETE DE POLLO EMPANADO	MERLUZA A LA MARINERA CON GUIANTES	ALBÓNDIGAS EN SALSA
---------------------------	------------------	--------------------------	------------------------------------	---------------------

POSTRE

FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA
--------------------	---------------	--------------------	---------------	--------------------

PAN SEMI-INTEGRAL O ENTERO Y AGUA

MERIENDA

2-6 AÑOS

LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	FRUTA + PAN CON ACEITE Y QUESO	FRUTA + YOGUR CASERO + PAN CON ACEITE	LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	YOGUR + BIZCOCHO CASEROS
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------

Semana
3

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

DESAYUNO

PAN TOSTADO CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA + LECHE ENTERA AL GUSTO

MEDIA MAÑANA

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

ENSALADA

DE LA CASA (lechuga, tomate, aceitunas, piña)	MEDITERRÁNEA (lechuga, tomate, queso, aceitunas negras, ajo, orégano)	ANDALUSÍ (lechuga, pasas, vinagreta con miel y albahaca, huevo duro)	ARCO IRIS (lechuga, tomate, zanahoria rallada, remolacha rallada, maíz)	DE LA ESTACIÓN (compuesta por hortalizas de las 4 temporadas)
--	--	---	--	--

1º PLATO

VERBENA DE PASTA (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento y orégano)	LENTEJAS GUIADAS CON ARROZ Y VERDURAS	PAELLA DE POLLO	PATATAS MARINERAS CON MERLUZA Y ALMEJAS	CREMA DE ZANAHORIAS, PUERROS Y PATATAS
---	---------------------------------------	-----------------	---	--

2º PLATO

TORTILLA DE AJO Y PEREJIL	BACALAILLAS FRITAS	VERDURAS GRATINADAS	EMPANADAS CASERAS DE VERDURAS	POLLO ASADO AL LIMÓN
---------------------------	--------------------	---------------------	-------------------------------	----------------------

POSTRE

FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA
--------------------	---------------	--------------------	---------------	--------------------

PAN SEMI-INTEGRAL O ENTERO Y AGUA

MERIENDA

2-6 AÑOS

LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	FRUTA + PAN CON ACEITE Y QUESO	FRUTA + YOGUR CASERO + PAN CON ACEITE	LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	YOGUR + BIZCOCHO CASEROS
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------

Semana
4

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

DESAYUNO

PAN TOSTADO CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA + LECHE ENTERA AL GUSTO

MEDIA MAÑANA

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

ENSALADA

DE LA CASA (lechuga, tomate, aceitunas, piña)	MEDITERRÁNEA (lechuga, tomate, queso, aceitunas negras, ajo, orégano)	ANDALUSÍ (lechuga, pasas, vinagreta con miel y albahaca, huevo duro)	ARCO IRIS (lechuga, tomate, zanahoria rallada, remolacha rallada, maíz)	DE LA ESTACIÓN (compuesta por hortalizas de las 4 temporadas)
--	--	---	--	--

1º PLATO

ESPAGUETIS CON SALSABOLOÑESA Y QUESO	POTAJE DE GARBANZOS Y HORTALIZAS DE LA ESTACIÓN	CAZUELA DE ARROZ CON PESCADO BLANCO	PATATAS ESTOFADAS CON TERNERA JARDINERA	SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS
--------------------------------------	---	-------------------------------------	---	------------------------------

2º PLATO

TORTILLA DE CALABACÍN	MERLUZA ALIÑADA AL HORNO	PANINI CASERO CON TOMATE, QUESO, PAVO	BOLADILLOS DE COLIFLOR	CARNE EN SALSABOLOÑESA
-----------------------	--------------------------	---------------------------------------	------------------------	------------------------

POSTRE

FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA
--------------------	---------------	--------------------	---------------	--------------------

PAN SEMI-INTEGRAL O ENTERO Y AGUA

MERIENDA

2-6 AÑOS

LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	FRUTA + PAN CON ACEITE Y QUESO	FRUTA + YOGUR CASERO + PAN CON ACEITE	LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	YOGUR + BIZCOCHO CASEROS
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------



DESAYUNO

PAN TOSTADO CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA + LECHE ENTERA AL GUSTO

MEDIA MAÑANA

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

ENSALADA

DE LA CASA (lechuga, tomate, aceitunas, piña)	MEDITERRÁNEA (lechuga, tomate, queso, aceitunas negras, ajo, orégano)	ANDALUSÍ (lechuga, pasas, vinagreta con miel y albahaca, huevo duro)	ARCO IRIS (lechuga, tomate, zanahoria rallada, remolacha rallada, maíz)	DE LA ESTACIÓN (compuesta por hortalizas de las 4 temporadas)
--	--	---	--	--

1º PLATO

MACARRONES CON CALABACÍN Y ZANAHORIA	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS	ARROZ CON CHAMPIÑONES	PATATAS MARINERAS	CREMA DE VERDURAS
--------------------------------------	---------------------------------	-----------------------	-------------------	-------------------

2º PLATO

TORTILLA FRANCESA	CALAMARES	POLLO EN SALSA	EMPANADILLAS CASERAS DE VERDURAS	MERLUZA AL HORNO
-------------------	-----------	----------------	----------------------------------	------------------

POSTRE

FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL	FRUTA DE TEMPORADA
--------------------	---------------	--------------------	---------------	--------------------

PAN SEMI-INTEGRAL O ENTERO Y AGUA

MERIENDA 2-6 AÑOS

LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	FRUTA + PAN CON ACEITE Y QUESO	FRUTA + YOGUR CASERO + PAN CON ACEITE	LECHE + PAN CON ACEITE Y PECHUGA DE PAVO	YOGUR + BIZCOCHO CASEROS
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------

- Todos los menús son elaborados diariamente por nuestro equipo de cocina.
- La elaboración, almacenamiento y manipulación de alimentos se realizan bajo el sistema de calidad y sometido a revisiones periódicas.
- El diseño de menús está supervisado por profesionales de la nutrición, teniendo en cuenta las necesidades y edades de nuestro alumnado.
- Las calorías y cantidades están adaptadas a cada edad y manteniendo el equilibrio óptimo entre la ingesta de grasas, proteínas e hidratos de carbono.
- Los productos, alimentos y marcas son seleccionados previo análisis profesional y bajo los estándares de máxima calidad.
- Las frutas, verduras y hortalizas se incluyen en la elaboración de los distintos platos según la temporada.
- Contemplamos dietas especiales, alergias e intolerancias, al igual que dietas "blandas" para casos puntuales en que así se necesiten.

ESPECIFICACIONES GRUPO 2-3 AÑOS (CLASE AMARILLA)

- No se consumen frutos secos. El yogur es siempre natural y casero, tanto al mediodía como en la merienda.
- Durante el primer trimestre, se les ofrece fruta en forma de papilla. Posteriormente, a la merienda diaria se le añade también una pieza de fruta.
- Algunos ingredientes de primer y segundo plato se introducen de forma gradual educando el gusto, y otros se adaptan también por seguridad (ejemplo: pescado sin espina).
- Diariamente se informa sobre la ingesta de alimentos del alumnado.

