



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

LASAÑA AL HORNO	COCIDO DE GARBANZOS CON HORTALIZAS	CAZUELA DE ARROZ CON PESCADO BLANCO	PATATAS CAMPESINAS CON VERDURAS	CREMA DE CALABACÍN Y PATATA
-----------------	------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------

2º PLATO

TORTILLA DE AJO Y PEREJIL	CALAMARES	PANINI CASERO CON TOMATE, QUESO Y PAVO	MERLUZA CON SALSAS VERDES	FILETE DE POLLO EMPANADO
---------------------------	-----------	--	---------------------------	--------------------------

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

ESPAGUETIS CON SALSAS BOLOÑESA Y QUESO	JUDÍAS BLANCAS CON ARROZ Y VERDURAS	ARROZ CHINO TRES DELICIAS	PATATAS ESTOFADAS CON TERNERA JARDINERA	SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS
--	-------------------------------------	---------------------------	---	------------------------------

2º PLATO

TORTILLA DE SETAS	BACALAO AL HORNO	POLLO ASADO AL LIMÓN	BOLADILLOS DE COLIFLOR	EMPANADA DE PAVO Y QUESO
-------------------	------------------	----------------------	------------------------	--------------------------

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

MACARRONES CON PISTO <small>(tomate casero y queso gratinado)</small>	LENTEJAS GUISADAS CON ARROZ Y VERDURAS	PAELLA DE POLLO	PATATAS GUISADAS CON ALMENDRAS (AJO POLLO)	CREMA DE ZANAHORIAS, PUERROS Y PATATAS
--	--	-----------------	--	--

2º PLATO

TORTILLA DE CALABACÍN	MERLUZA AL HORNO	BERENJENAS GRATINADAS	ROLLITOS DE JAMÓN YORK 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
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------

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

VERBENA DE PASTA (Cebolla, calabacín, zanahoria, pimiento y orégano)	POTAJE DE GARBANZOS Y HORTALIZAS DE LA ESTACIÓN	ARROZ CON CHAMPIÑONES	PATATAS MARINERAS CON MERLUZA Y ALMEJAS	SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS Y ZANAHORIA
---	---	-----------------------	---	--

2º PLATO

TORTILLA DE JAMÓN SERRANO	BACALÁILLAS FRITAS	CARNE EN SALSAS	EMPANADILLAS CASERAS DE VERDURAS	ALBÓNDIGAS EN SALSAS
---------------------------	--------------------	-----------------	----------------------------------	----------------------

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
--	--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------



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 CARBONARA	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	PATATAS GUIADAS CON TERNERA Y VERDURAS	CREMA DE VERDURAS
----------------------	---------------------------------	-------------------------------	--	-------------------

2º PLATO

TORTILLA DE PAVO	MERLUZA ALIÑADA AL HORNO	VERDURAS GRATINADAS	HUEVOS RELLENOS	POLLO ASADO
------------------	--------------------------	---------------------	-----------------	-------------

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.

