



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	PAELLA DE POLLO	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 GUIADAS CON ARROZ Y VERDURAS	CAZUELA DE ARROZ CON PESCADO BLANCO	PATATAS GUIADAS 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 MEDIA MAÑANA ENSALADA 1º PLATO 2º PLATO POSTRE

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

FRUTA DEL TIEMPO Y COLINES

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)
ESPAGUETIS CARBONARA	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	PATATAS GUIADAS CON TERNERA Y VERDURAS	CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE PAVO	MERLUZA ALIÑADA AL HORNO	VERDURAS GRATINADAS	HUEVOS RELLENOS	POLLO ASADO
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.

