

Menú

BASAL INFANTIL

ENERO

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
COMIDA						8	Sopa de pescado con fideos Tortilla de patatas con ensalada (lechuga, tomate y olivas) Fruta del tiempo	9	Crema de verduras de temporada (zanahoria, calabaza y puerros) (*) Contramuslo de pollo al horno con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Yogur natural sostenible sin azúcar
							Judía verde salteada con jamón Contramuslo de pollo a la plancha con tomate provenzal Yogur con kiwi		Quinoa salteada con verduras Perca al horno con ensalada Fruta del tiempo
COMIDA	12	13	14	15	16				
	Lacitos con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada (lechuga, tomate y maíz) Fruta del tiempo	Crema de calabacín Albóndigas mixtas con tomate y champiñones Fruta del tiempo	Judías blancas guisadas con verduras (calabaza y cebolla) Muslo de pollo al horno con ensalada (lechuga, zahanoria y maíz) Fruta del tiempo	Arroz a la cazuela (champiñones y puerro) Pescado fresco según mercado al horno con ensalada (lechuga, zanahoria y olivas) Yogur natural sostenible sin azúcar	Tricolor de verduras (judía verde, patata y zanahoria) Estofado de pavo con verduras (calabaza y guisantes) Fruta del tiempo				
CENA									
	Puré de zanahoria Wok de tiras de ternera con verduras Yogur con fruta	Sopa juliana Bacalao al pilpil con piparrada Yogur	Ensalada capresse Huevos estrellados con patatas Yogur	Alcachofas salteadas con jamón Hamburguesa vegetal a la plancha con cebolla confitada Bol de frutas	Crema de champiñones con picatostes Varitas de merluza con ensalada Yogur				
COMIDA	19	20	21	22	23				
	Sopa de la abuela con pasta Tortilla de calabacín con ensalada (lechuga, olivas y tomate) Fruta del tiempo	Brócoli a la crema (queso y bechamel) Lomo rebozado casero con chips Fruta del tiempo	Lentejas guisadas con pimientos y calabaza Contramuslo de pollo al horno con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Yogur natural sostenible sin azúcar	Arroz con sofrito de salsa de tomate y cebolla Pescadito al horno con ensalada (lechuga, zanahoria y olivas) Fruta del tiempo	Judía verde con patata Estofado de ternera con calabacín y zanahoria Fruta del tiempo				
CENA									
	Espinacas con patata Hamburguesa de pollo a la plancha con verduras Yogur	Hummus con bastoncitos Merluza al horno con ensalada Yogur	Crema de verduras Tortilla francesa con láminas de berenjena Mandarinas	Coliflor a la gallega Magra de cerdo con verduras al horno Yogur	Sopa de pescado con fideos Wok de gambitas con verduras Fruta del tiempo				
COMIDA	26	27	28	29	30				
	Arroz con verduras (guisantes, calabaza y pimiento rojo) Salchichas de payés a la plancha con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Fruta del tiempo	Trinchado de verduras (col, patata y zanahoria) Estofado de pollo con pimientos, cebolla y champiñones Fruta del tiempo	Macarrones a la boloñesa vegetal (salsa de tomate, cebolla, zanahoria y calabacín) Tilapia al horno con limón y ensalada (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta del tiempo	(*) Garbanzos estofados con puerros y calabaza Tortilla de patatas con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Yogur natural sostenible sin azúcar	(*) Crema de calabaza Pizza de jamón dulce y queso Fruta del tiempo				
CENA									
	Acelgas con patata Fajitas de verduras y falafel Miel i requesón	Sopa minestrone con arroz Tortilla francesa con ensalada Yogur	Puré de verduras Pavo a la plancha con alcachofas al horno Yogur	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera con pimientos Fruta del tiempo	Guisantes con patata Brocheta de pollo adobado con ensalada Yogur				
COMIDA									
CENA									