

# Menú

BASAL INFANTIL

ABRIL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COMIDA		7 Espirales con tomate Tortilla de patata con ensalada (lechuga, tomate y olivas) Fruta del tiempo	8 Lentejas estofadas con calabaza y puerro Fingers de pollo con ensalada (lechuga y maíz) Fruta del tiempo	9 (*) Arroz con tomate Pescadito al horno con pisto de verduras (berenjena, tomate, cebolla y pimientos) Yogur natural sostenible sin azúcar	10 Crema de zanahoria con picatostes (*) Contra muslo de pollo al horno con ensalada (lechuga y olivas) Fruta del tiempo
CENA		Puré de verduras Gambas al horno con ajo y perejil con ensalada Yogur natural	Acelgas con patata Lomo al horno con tomate al horno Yogur natural	Sopa juliana de verduras Tortilla francesa con ensalada Fruta del tiempo	Ensalada de quinoa Merluza rebozada con calabacín al horno Yogur natural
COMIDA	13 Crema de coliflor con picatostes Salchichas de cerdo a la plancha con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Fruta del tiempo	14 Pizza Margarita Garbanzos guisados con hortalizas (zanahoria y cebolla) Fruta del tiempo	15 Arroz integral con verduras y salsa de soja (col, calabacín y champiñones) Tilapia al horno con ensalada (lechuga, maíz y olivas) Yogur natural sostenible sin azúcar	16 Judías blancas salteadas con pimientos y cebolla Tortilla francesa con ensalada (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta del tiempo	17 Brócoli con patata Dados de pavo con champiñones salteados Fruta del tiempo
CENA	Tabulé Lenguado a la plancha con chips de berenjena Quéfir	Espinacas al ajillo Tortilla de atún con ensalada Yogur natural	Guisantes con patata Empanada de carne con ensalada Fruta del tiempo	Crema de espárragos Pinchos de pollo con verduras Yogur natural	Sopa de fideos Colas de rape a la plancha con ensalada Yogur natural
COMIDA	20 Puré de verduras de temporada (calabacín y puerros) Lomo rebozado con ensalada (lechuga, olivas y maíz) Fruta del tiempo	21 Judía verde con patata Estofado de ave con zanahoria y cebolla Fruta del tiempo	22 Arroz integral con sofrito de verduras (tomate, cebolla y calabaza) Merluza al horno con ensalada (lechuga, zanahoria y olivas) Fruta del tiempo	23 Sopa de letras (*) Contra muslo de pollo a la catalana (caldo de pollo, ajo, cebolla y ciruelas) con patatas al horno Yogur natural sostenible sin azúcar	24 Lentejas guisadas con puerros y zanahoria Tortilla de patatas con ensalada (lechuga, tomate y olivas) Fruta del tiempo
CENA	Lacitos con champiñones Sardinas a la plancha con ensalada Yogur natural	Guisantes a la gallega Tortilla francesa con láminas de berenjena Yogur natural	Ensalada completa con atún y aguacate "Fajitas" de carne con verduras Yogur natural	Crema de champiñones Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate al horno Fruta del tiempo	Calçots al horno Dorada al horno con dados de calabaza Yogur natural
COMIDA	27 Macarrones integrales con salsa de tomate Hamburguesa de soja al horno con ensalada (lechuga, maíz y zanahoria) Fruta del tiempo	28 Crema de judía blanca y calabaza con picatostes (*) Contra muslo de pollo al horno con ensalada (lechuga, maíz y zanahoria) Fruta del tiempo	29 Trinchado de verduras (judía verde y patata) Ragú de ternera con champiñones y zanahoria Fruta del tiempo	30 (*) Arroz con tomate Pescado fresco según mercado al horno con ensalada (lechuga, pepino y maíz) Yogur natural sostenible sin azúcar	
CENA	Ensalada verde Salmón al papillote con cebolla confitada Yogur natural	Sopa de pescado con arroz Croquetas de bacalao con ensalada Yogur con fruta	Espinacas a la catalana Huevos gratinados con ensalada Yogur natural	Puré de verduras Pavo a la plancha con pimientos escalibados Fruta del tiempo	
COMIDA					
CENA					