

2 LUNES PURÉ DE CALABACÍN, CALABAZA, PATATAS, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  PERA TRITURADA	3 MARTES PURÉ DE <u>LENTEJAS</u>, ZANAHORIA, PATATAS, PUERRO Y <u>CERDO</u>  CEREALES CON GLUTEN ZUMO DE MANDARINA	4 MIÉRCOLES PURÉ DE BRÓCOLI, PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA Y <u>POLLO</u> PLÁTANO CHAFADO	5 JUEVES PURÉ DE GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y <u>TERNERA</u> <u>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</u>	6 VIERNES PURÉ DE PATATA, CALABACÍN, CALABAZA, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  MANZANA TRITURADA
9 LUNES PURÉ DE JUDÍAS VERDES, CALABAZA, PATATAS, PUERRO Y <u>MERLUZA</u>  PERA TRITURADA	10 MARTES PURÉ DE ALUBIAS, ZANAHORIA, CALABACÍN, CEBOLLA Y <u>POLLO</u> ZUMO DE MANDARINA	11 MIÉRCOLES PURÉ DE CALABACÍN, ZANAHORIA, PATATA, PUERRO Y <u>TERNERA</u> COMPOTA DE MANZANA	12 JUEVES PURÉ DE ZANAHORIA, CALABAZA, ARROZ, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  <u>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</u>	13 VIERNES PURÉ PATATA, CALABAZA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>CERDO</u> PLÁTANO CHAFADO
16 LUNES PURÉ DE BRÓCOLI, CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  MANZANA TRITURADA	17 MARTES PURÉ DE <u>LENTEJAS</u>, ZANAHORIA, ARROZ, PUERRO Y <u>POLLO</u>  CEREALES CON GLUTEN PLÁTANO CHAFADO	18 MIÉRCOLES PURÉ JUDÍAS VERDES, CALABAZA, CALABACÍN, CEBOLLA Y <u>CERDO</u> ZUMO DE MANDARINA	19 JUEVES PURÉ DE GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y <u>TERNERA</u> <u>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</u>	20 VIERNES PURÉ DE PATATA, CALABAZA, CALABACÍN, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  PERA TRITURADA
23 LUNES PURÉ DE CALABACÍN, ZANAHORIA, PATATA, PUERRO Y <u>TERNERA</u> COMPOTA DE MANZANA	24 MARTES PURÉ DE ALUBIAS, PATATA, CALABAZA, CEBOLLA Y <u>MERLUZA</u>  ZUMO DE MANDARINA	25 MIÉRCOLES PURÉ DE BRÓCOLI, PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y <u>POLLO</u> PLÁTANO CHAFADO	26 JUEVES PURÉ ZANAHORIA, CALABACÍN, ARROZ, CEBOLLA Y <u>CERDO</u> PERA TRITURADA	27 VIERNES PURÉ DE PATATA, CALABAZA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u>  <u>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</u>



GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVO



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITO



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LAS FRUTAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN
* VALORACIÓN NUTRICIONAL DEL VASO DE LECHE ENTERA NO INCLUIDA EN LA CALIBRACIÓN DEL DÍA.

NUESTROS MENÚS ESTÁN ELABORADOS DE ACUERDO A LOS PROGRAMAS NAOS Y PERSEO
RACIONES ESTABLECIDAS SEGÚN IDR PARA NIÑOS 1-3 AÑOS. (MOREIRAS Y COL. 2018).
APORTE DE ENERGÍA DEL MENÚ ENTRE EL 30-35% DE TOTAL DE IDR RECOMENDADA DE 1.250 KCAL.
MENÚS EXENTOS DE LAS ESPECIES DE PESCADOS DE ALTO CONTENIDO DE MERCURIO SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES DE LA AESAN.