

CEIP SAN PÍO X

1º ciclo de Educación Infantil (PURÉS)

 * LEGUMBRE DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

6 LUNES PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA  YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR 	7 MARTES PURÉ DE BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA Y CERDO MANZANA TRITURADA	8 MIÉRCOLES PURÉ DE CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA, PUERRO Y TERNERA PERA TRITURADA	9 JUEVES PURÉ DE LENTEJAS , PATATAS, ZANAHORIAS, CEBOLLA Y POLLO  CEREALES CON GLUTEN ZUMO DE MANDARINA	10 VIERNES PURÉ DE CALABACÍN, PATATA, CALABAZA, PUERRO Y MERLUZA  PLÁTANO CHAFADO
13 LUNES PURÉ DE JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, ARROZ INTEGRAL , CEBOLLA Y TERNERA ZUMO DE MANDARINA	14 MARTES PURÉ DE CALABAZA, CALABACÍN, PATATA, PUERRO Y MERLUZA  PERA TRITURADA	15 MIÉRCOLES PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO PLÁTANO CHAFADO	16 JUEVES PURÉ DE CALABACÍN, PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA Y MERLUZA  MANZANA TRITURADA	17 VIERNES PURÉ DE GARBANZOS, PATATAS, ZANAHORIA, PUERRO Y TERNERA YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR 
20 LUNES PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, CEBOLLA Y MERLUZA  ZUMO DE MANDARINA	21 MARTES PURÉ DE ALUBIAS, ARROZ, ZANAHORIA, PUERRO Y CERDO MANZANA TRITURADA	22 MIÉRCOLES PURÉ DE CALABAZA, PATATA, CALABACÍN, CEBOLLA Y MERLUZA  PERA TRITURADA	23 JUEVES PURÉ DE LENTEJAS , PATATAS, ZANAHORIAS, PUERRO Y TERNERA  CEREALES CON GLUTEN YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR 	24 VIERNES PURÉ DE BRÓCOLI, CALABAZA, PATATA, CEBOLLA Y POLLO PLÁTANO CHAFADO
27 LUNES PURÉ DE CALABAZA, PATATA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA PLÁTANO CHAFADO	28 MARTES PURÉ DE GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA Y MERLUZA  ZUMO DE MANDARINA	29 MIÉRCOLES PURÉ DE JUDÍAS VERDES, PATATA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO MANZANA TRITURADA	30 JUEVES PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, CEBOLLA Y MERLUZA  YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR 	

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

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.

