

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
28	29	30	01	02
Fruta fresca de temporada (otoño): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA			Alubias pintas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo, patata y cebolla(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Lechuga, zanahoria y aceitunas Naranja y pan blanco o integral	Arroz integral con salsa de tomate atesana(tomate nat trit,zanahoria, Filete de bacaladilla en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) Ensalada de lechuga y remolacha Manzana y yogur y pan blanco o integral
05	06	07	08	09
Guiso de patatas con calabacín, zanahoria y puerro Tortilla francesa Zanahoria dado salteada Mandarina y pan blanco o integral	Lentejas guisadas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Merluza rebozada frita(harina trigo) Tomate fresco aliñado con orégano Pera conferencia y pan blanco o integral	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Plátano y pan blanco o integral	Arroz integral con salsa de tomate atesana(tomate nat trit,zanahoria, Dorado horneado con ajo y perejil Ensalada de lechuga, brotes de soja y remolacha Naranja y pan blanco o integral	Sopa casera de cocido con estrellas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Manzana y yogur y pan blanco o integral
12	13	14	15	16
FESTIVO	Espaguetis integrales con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, - Ensalada de lechuga, tomate y maíz Pera conferencia y pan blanco o integral	Alubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Merluza en adobo frita(harina trigo,aceite,ajo...) Ensalada de lechuga y manzana Plátano y pan blanco o integral	Arroz con pollo y verduras (calabacín, pimiento, zanahoria) Albóndigas de soja al pomodoro(tomate nat trit,zanahoria,cebolla) Ensalada de lechuga y queso rallado Mandarina y pan blanco o integral	Potaje de garbanzos a la mediterránea(tomate,patat,pimiento,ceb Caballa al horno con pisto de verduritas(verduras pisto,tomate nat - Manzana y yogur y pan blanco o integral
19	20	21	22	23
Lentejas con zanahoria y sofrito de pimiento(zanahoria, tomate nat trit, cebolla...) Revuelto de huevo,patata y cebolla(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Mandarina y pan blanco o integral	Arroz integral con salsa de tomate atesana(tomate nat trit,zanahoria, Salmón al horno con eneldo Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Naranja y pan blanco o integral	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Jamoncitos de pollo horneados con romero Patatas dado al horno Pera conferencia y pan blanco o integral	Patatas guisadas con carne(magro,tomate nat Gallo san pedro a la andaluza(harina maíz, aceite) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Plátano y pan blanco o integral	Sopa casera de cocido con estrellas(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Manzana y yogur y pan blanco o integral
26	27	28	29	30
Arroz salteado con champiñones Palometa en salsa de tomate(tomate nat trit, cebolla, zanahoria) Lechuga, maíz y remolacha Pera conferencia y pan blanco o integral	Alubias blancas guisadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo,patata y cebolla(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Tomate fresco aliñado Plátano y pan blanco o integral	Sopa de estrellas con caldo casero(cebolla, cerdo , puerro, ternera, Pollo al ajillo Patatas dado fritas Naranja y pan blanco o integral	Garbanzos estofados con verduras(ensaladilla,patat,tomate,ceboll Merluza al horno con infusión de ajo y perejil (ajo, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Mandarina y pan blanco o integral	Crema de suave de zanahoria (patata, zanahoria, cebolla) Macarrones integrales con boloñesa vegetal gratinados con queso(tomate nat - Manzana y yogur y pan blanco o integral

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal guardería					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUQUES	SULFITOS		
Basal guardería	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc														14		
			Segundo	Pollo en salsa de cebolla(cebolla, aceite, aj																
			Guarnición	Patatas asadas con tomillo															14	
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con verduras(tomate,p															14	
			Segundo	Salmón en salsa de limón(cebolla, aceite, l					4	5	6									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
		Miércoles	Primero	Coditos con salsa de tomate artesana (tom	1									9		11				
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de hierbas provenz																
			Guarnición	Zanahoria salteada																
		Jueves	Primero	Alubias pintas guisadas con verduras (pimi																14
			Segundo	Revuelto de huevo,patata y cebolla(huevo li				3												14
			Guarnición	Lechuga, zanahoria y aceitunas																14
	Viernes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate atesana(																	
		Segundo	Filete de bacaladilla en salsa verde con gui					4	5	6										
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Semana 2	Lunes	Primero	Guiso de patatas con calabacín, zanahoria															14	
			Segundo	Tortilla francesa				3												
			Guarnición	Zanahoria dado salteada																
		Martes	Primero	Lentejas guisadas con verduras(tomate nat	1														14	
			Segundo	Merluza rebozada frita(harina trigo)	1				4	5	6									
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
		Miércoles	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, cebol																14
			Segundo	Contramuslo de pollo al limón																14
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate atesana(																
			Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil					4	5	6									
			Guarnición	Ensalada de lechuga, brotes de soja y remo											9					14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con estrellas(ceboll	1									9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Semana 3	Lunes	Primero	Espaguetis integrales con salsa de tomate	1									9		11				
			Segundo	Ragout de cerdo a la jardinera con menestr																
			Guarnición	FESTIVO																
		Martes	Primero	Espaguetis integrales con salsa de tomate	1									9		11				
			Segundo	-																
			Guarnición	Ensalada de lechuga, tomate y maíz																14
		Miércoles	Primero	Alubias blancas guisadas con verduras (pii																14
			Segundo	Merluza en adobo frita(harina trigo,aceite,aj	1				4	5	6				10	11				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y manzana																14
		Jueves	Primero	Arroz con pollo y verduras (calabacín, pimie																
			Segundo	Albóndigas de soja al pomodoro(tomate nat	1	2		3						9						
			Guarnición	Ensalada de lechuga y queso rallado		2		3						9						14
	Viernes	Primero	Potaje de garbanzos a la mediterránea(tom																14	
		Segundo	Caballa al horno con pisto de verduritas(ver					4	5	6										
		Guarnición	-																	
	Semana 4	Lunes	Primero	Lentejas con zanahoria y sofrito de pimient	1															
			Segundo	Revuelto de huevo,patata y cebolla(huevo li				3												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate atesana(																
			Segundo	Salmón al horno con eneldo					4											
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de											9					14
		Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,juc																14
			Segundo	Jamoncitos de pollo horneados con romero																
			Guarnición	Patatas dado al horno																14
		Jueves	Primero	Patatas guisadas con carne(magro,tomate																14
			Segundo	Gallo san pedro a la andaluza(harina maíz, a					4	5	6									
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con estrellas(ceboll	1									9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo																14	
		Guarnición	-																	
	Semana 5	Lunes	Primero	Arroz salteado con champiñones																
			Segundo	Palometa en salsa de tomate(tomate nat tri					4											
			Guarnición	Lechuga, maíz y remolacha																14
		Martes	Primero	Alubias blancas guisadas con verduras (pii																14
			Segundo	Revuelto de huevo,patata y cebolla(huevo li				3												14
			Guarnición	Tomate fresco aliñado																
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero(cebolla	1									9		11				
			Segundo	Pollo al ajillo																
			Guarnición	Patatas dado fritas																14
		Jueves	Primero	Garbanzos estofados con verduras(ensalad																14
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y pereji					4	5	6									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Viernes	Primero	Crema de suave de zanahoria (patata, zana																	
		Segundo	Macarrones integrales con boloñesa vegeta	1	2								8	9	10	11				
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
28	29	30	01	02
Fruta fresca de temporada (otoño): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA			Puré de alubias con zanahoria, calabacín y huevo - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y
05	06	07	08	09
Puré de verduras, patata y huevo - - Triturado de frutas y	Puré de lentejas con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
12	13	14	15	16
FESTIVO	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de alubias con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y huevo - - Triturado de frutas y	Puré de pescado azul con verduras y patata - - Triturado de frutas y
19	20	21	22	23
Puré de lentejas con zanahoria, calabacín y pavo - - Triturado de frutas y	Puré de pescado azul con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
26	27	28	29	30
Puré de pescado azul con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y huevo - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y

Listado de alérgenos por plato para el Menú Triturado completo					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCCES	SULFITOS	
Triturado completo	Semana 1	Lunes	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14	
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacír				4	5	6									14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de alubias con zanahoria, calabacín y			3												14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4	5	6									14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 2	Lunes	Primero	Puré de verduras, patata y huevo			3												14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de lentejas con zanahoria, calabacín y	1				4	5	6								14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me					4	5	6								14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacír															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 3	Lunes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac															14
			Segundo	-															
			Guarnición	FESTIVO															
		Martes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de alubias con zanahoria, calabacín y					4	5	6								14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de verduras, patata y huevo			3												14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de pescado azul con verduras y patata					4										14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 4	Lunes	Primero	Puré de lentejas con zanahoria, calabacín y	1														14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de pescado azul con verduras y patata					4										14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de merluza con verduras y patata					4	5	6								14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacír															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 5	Lunes	Primero	Puré de pescado azul con verduras y patata					4										14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Puré de verduras, patata y huevo			3												14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacír					4	5	6								14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac															14
			Segundo	-															
			Guarnición	-															

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
28	29	30	01	02
Fruta fresca de temporada (otoño): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA			Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y
05	06	07	08	09
Puré de pavo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
12	13	14	15	16
FESTIVO	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y
19	20	21	22	23
Puré de pavo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
26	27	28	29	30
Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCCES	SULFITOS
Triturado 6 meses	Semana 1	Lunes	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 2	Lunes	Primero	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	FESTIVO														
		Martes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 4	Lunes	Primero	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 5	Lunes	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Martes	Primero	Puré de pavo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabaci														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4	5	6								14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabac														14
			Segundo	-														
			Guarnición	-														