

MENÚ INFANTIL (ADAPTACIÓN)



SEPTIEMBRE 2015



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

	<p>1</p> <p>Puré de verduras con arroz (calabacín, puerro, judías verdes, zanahoria, apio)</p> <p>Revuelto de judías verdes con pavo</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>2</p> <p>Puré de alubias con calabaza</p> <p>Albóndigas mixtas en salsa con champiñones</p> <p>Yogur</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>3</p> <p>Crema de menestra y patatas</p> <p>Mero en salsa verde con guisantes</p> <p>Pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>4</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamonicos de pollo asados con zanahorias baby</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>7</p> <p>Puré de calabaza, puerros y guisantes</p> <p>Magro de cerdo a la jardinera con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>8</p> <p>Puré de lentejas</p> <p>Albóndigas de pollo en tomate con judías verdes saletadas</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>9</p> <p>Puré de patatas estofadas</p> <p>Croquetas de atún con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>10</p> <p>Puré de garbanzos estofados</p> <p>Cazón en tomate con menestra</p> <p>Pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>11</p> <p>Puré de calabacín y zanahoria</p> <p>Tortilla de patatas con tomate aliñado</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>14</p> <p>Puré de lentejas estofadas</p> <p>Anillas de calamar con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>15</p> <p>Puré de puchero Andaluz</p> <p>Lomo adobado a la plancha con zanahorias baby</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>16</p> <p>Puré de calabacín y puerros</p> <p>Jamonicos de pollo asados con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>17</p> <p>Puré de alubias con calabaza</p> <p>Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>18</p> <p>Puré de verduras (calabacín, puerro, judías verdes, zanahoria, apio)</p> <p>Lenguado a la marinera con salteado de judías verdes y zanahorias</p> <p>Yogur</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>21</p> <p>Puré de garbanzos estofados</p> <p>Croquetas de atún con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>22</p> <p>Puré de patata, zanahoria y judías verdes</p> <p>Hamburguesita de atún con salteado de calabacín</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>23</p> <p>Puré de lentejas con zanahoria y calabacín</p> <p>Salchichas Frankfurt al horno con tomate aliñado</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>24</p> <p>Puré de calabaza, puerros y guisantes</p> <p>Albóndigas de pollo en salsa con zanahorias y guisantes</p> <p>Pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>25</p> <p>Crema de puerros y zanahoria</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>28</p> <p>Puré de puchero Andaluz</p> <p>Hamburguesa de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>29</p> <p>Puré de verduras con arroz (calabacín, puerro, judías verdes, zanahoria, apio)</p> <p>Revuelto de judías verdes con pavo</p> <p>Manzana y pera triturada</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>30</p> <p>Puré de alubias con calabaza</p> <p>Croquetas del puchero con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur</p> <p>Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>		



Susana Foix Luna
Dietista-Nutricionista
Colegiada AND-00277

Los primeros platos estan libres de gluten.

Los cambios realizados en los segundos platos por presencia de gluten son los que se muestran en las plantillas de "Menú sin gluten"

