

Menú GENERAL hasta 12 meses

julio de 2024

MERIENDA por la MAÑANA

TRITURADO DE TRITURADO DE FRUTA

MERIENDA por la TARDE

YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (7)

| 1  | 2  | 3   | 4  | 5   |
|--|--|---|--|---|
| PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>GARBANZOS o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA         | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA                | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>GALLO (2,4,14) o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA         | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>TERNERA<br>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR<br>(7) | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>LENTEJAS (1) o POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA                  |
| 8  | 9  | 10  | 11   | 12  |
| PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>MERLUZA (2,4,14) o POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA                 | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>TERNERA<br>TRITURADO DE FRUTA                       | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>LENTEJAS (1) o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA  | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>GALLO (2,4,14) o POLLO<br>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR<br>(7)   |
| 15   | 16   | 17  | 18   | 19  |
| PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA                    | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>TERNERA<br>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR<br>(7) | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>MERLUZA (2,4,14) o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA       | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA                | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>ALUBIAS o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA                        |
| 22   | 23   | 24  | 25   | 26  |
| PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>TERNERA<br>TRITURADO DE FRUTA                  | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA                 | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>GALLO (2,4,14) o POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA        | Festivo  | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>MERLUZA (2,4,14) o POLLO<br>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR<br>(7) |
| 29   | 30   | 31  |  |   |
| PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>LENTEJAS (1) o PAVO<br>TRITURADO DE FRUTA      | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>POLLO<br>TRITURADO DE FRUTA                | PURÉ DE PATATA Y VERDURAS<br>CON<br>GARBANZOS o PAVO<br>YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR<br>(7) |  |   |

Alérgenos de declaración obligatoria

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

|   | De 6 a 12 meses total día | de 6 a 12 meses en Centro Escolar |
|---|---------------------------|-----------------------------------|
| <b>HORTALIZAS DEL PURÉ:</b> las únicas hortalizas que hay que evitar antes de los 12 meses son las espinacas y acelgas por lo que los purés podrán contener hortalizas de temporada: cebolla, puerro, calabacín, calabaza, coliflor, judía verde, brócoli, berenjena, tomate, zanahoria |                           | 120                               |
| <b>PATATA</b>   |                           | 100                               |
| <b>LEGUMBRE</b>   | 20 - 30                   | 15                                |
| <b>CARNE</b>  | 20 - 30                   | 15                                |
| <b>PESCADO</b>  | 30 - 40                   | 20                                |
| <b>FRUTA</b>  |                           | 80                                |

No es conveniente incluir la cantidad de carne, pescado o legumbre indicada como total día en más de una comida, por lo que debe fraccionarse entre el centro educativo y la cena en casa.