

Menú General a partir de 12 meses diciembre de 2021

MERIENDA por la MAÑANA				
FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA
MERIENDA por la TARDE				
PAN integral CON JAMÓN (1,3,6,7,8,11,13)	FRUTA	PAN integral CON TOMATE (1,3,6,7,8,11,13)	FRUTA	PAN integral CON QUESO (1,3,6,7,8,11,13)

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		ARROZ integral MELOSO DE BACALAO Y VERDURAS (cebolla, tomate, pimiento verde, pimiento rojo, guisantes y caldo) (4,9)	PURÉ DE CALABAZA (9)	Lechuga, Zanahoria y Aceitunas
		FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Guiso de lentejas con Verduras y Patata / Fruta	TORTILLA DE PATATA COCIDA Y CEBOLLA CON GUISANTES SALTEADOS (3,9)	GUISO o PURÉ DE GARBANZOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde o calabacín, espinacas, acelga) (9)
			FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Pollo guisado con cebolla, zanahoria y Arroz / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena:
LUNES 7 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
FESTIVO	Lechuga, Zanahoria y Aceitunas GUISO o PURÉ DE LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas) (1,9) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Couscous salteado con pimientos y Pavo / Fruta	FESTIVO	ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y TORTILLA (cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, tomate triturado, ajo y laurel) (3)	(*) "FIDEUS integrals ROTERS" DE PAVO Y VERDURAS (cebolla, tomate, ajo, judías verdes, zanahoria, coliflor, guisantes) (1,3,9)
			FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Falafel de Garbanzos con Ensalada y Pan / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Bacalao con Verduras, Tomate y Pan / Fruta
LUNES 6 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Lechuga, Tomate y Aceitunas GUISO o PURÉ DE LENTEJAS CON CALABAZA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, calabaza, espinaca) (1,9) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Pisto de Verduras con Arroz y Pollo / Fruta	PURÉ DE JUDÍAS VERDES (9) TORTILLA A LA FRANCESA CON HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA (3) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Guiso de Rape con Verduras y Patata / Fruta	(*) "FRIT MALLORQUÍ" DE POLLO (cebolla, pimiento rojo, guisantes, coliflor, patata, ajo, laurel, hinojo fresco) (9) YOGUR NATURAL (7) Sugerencia de cena: Raolas de Acelgas con Tomate y Pan / Fruta	SOPA DE PESCADO (1,2,3,4,9,12,14) (pasta integral) (*) "BULLIT DE PEIX" (Lomo de merluza, patata, judías verdes, zanahoria, cebolla) (4,9,14) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Puré de Verduras y Tortilla de Calabacín / Fruta	Lechuga, Tomate y Maíz GUISO o PURÉ DE GARBANZOS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, acelgas, ajo, laurel, perejil) (9) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Hamburguesa casera con Calabaza y Patata / Fruta
LUNES 2 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	
Lechuga y Zanahoria rallada GUISO o PURÉ DE LENTEJAS CON CALABAZA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, calabaza, espinacas) (1,9) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Salteado de cebolla, zanahoria y pimientos con Pavo / Fruta	CAZUELA DE LOMO DE MERLUZA CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate triturado, zanahoria, judía verde, ajo, perejil, laurel y caldo) (4,9,14) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Garbanzos con espinacas y comino / Fruta	PURÉ DE CALABAZA (9) TORTILLA DE PATATA COCIDA Y CEBOLLA CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS (3,9) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Arroz salteado con romero y Muslito de pollo con ajitos / Fruta	SOPA DE RAPE (1,2,3,4,9,12,14) (pasta integral) FILETE DE GALLO AL HORNO CON CEBOLLA, ZANAHORIA Y TOMATE (4) FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Patata y Calabacín panadera con Tortilla a la francesa / Fruta	

ALÉRGICOS

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