**MENÚ ENTERO**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\usuario\Documents\Trabajo\escuela\diábolo.png | **SEMANA 1** | **SEMANA 2** | **SEMANA 3** | **SEMANA 4** |
| **LUNES** | **Arroz** con tomate y salchichas cocidasFruta | Crema de zanahoria o puerro y nuggets de pollo Fruta | Guiso de ternera con judías verdes, zanahoria y patataFruta | Guisantes con jamón y pollo a la planchaFruta |
| **MARTES**  | Pollo frito con **garbanzos**Gelatina | **Lentejas** a la riojana con patatas y chistorra Natillas | **Hummus**, ensalada y rollitos de jamón y quesoFlan | Ensalada de **alubias** con tomate, queso y pavoNatillas |
| **MIÉRCOLES** | Tortilla de patata y brocheta de cerdoFruta | Caracolitos con **atún** y tomate frito Fruta | Ensaladilla rusa y salchichas frescas Fruta | Macarrones con tomate fritoy carne picadaFruta |
| **JUEVES** | Crema de hortalizas y palitos de **merluza**Yogurt | Sopa de letras y **pescado** blanco a la plancha Yogurt | **Arroz** caldoso con **pescado** blancoYogurt | Crema de espinacas o acelgas y **pescado** azul a la plancha Yogurt |
| **VIERNES** | Hamburguesa con patatas fritasFruta | Croquetas caseras y **arroz** con tomateFruta | Crema de calabacín o calabazay pollo a la planchaFruta | **Arroz** con albóndigas en salsaFruta |

* **Almuerzo y merienda:**
	+ Los días en los que el postre es fruta, se merienda bollería o sándwich con leche o zumo.
	+ Los días en los que el postre es un lácteo o similar, se merienda fruta con zumo.

**MENÚ BEBÉS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\usuario\Documents\Trabajo\escuela\diábolo.png | **SEMANA 1** | **SEMANA 2** | **SEMANA 3** | **SEMANA 4** |
| **LUNES** | Puré de verduras con pollo | Puré de verduras con ternera | Puré de verduras con pollo | Puré de verduras con ternera |
| **MARTES**  | Puré de verduras con ternera y **arroz** | Puré de verduras con pollo | Puré de verduras con ternera | Puré de verduras con pollo  |
| **MIÉRCOLES** | Puré de verduras con pollo | Puré de verduras con ternera | Puré de verduras con pollo | Puré de verduras con ternera |
| **JUEVES** | Puré de verduras con **pescado** | Puré de verduras con **pescado**  | Puré de verduras con **pescado** y **arroz** | Puré de verduras con **pescado** |
| **VIERNES** | Puré de verduras con ternera | Puré de verduras con pollo y **arroz** | Puré de verduras con ternera  | Puré de verduras con pollo y **arroz** |

* **Postre:** Yogurt u otros lácteos
* **Almuerzo:** Bollería variada
* **Merienda:** Puré de frutas con o sin galletas

Sugerencias cenas

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\usuario\Documents\Trabajo\escuela\diábolo.png | **SEMANA 1** | **SEMANA 2** | **SEMANA 3** | **SEMANA 4** |
| **LUNES** | Puré de verduras y pollo a la planchaFruta | Sandwich de jamón york y queso y ensalada Postre | Gazpacho andaluz y tortilla de atúnFruta | Patatas hervidas con guisantesy merluza en salsaPostre |
| **MARTES**  | Guisantes con jamón y pescado a la planchaFruta | Arroz con tomate y salchichas frescasFruta | Hamburguesa de pollo con patatas fritasFruta | Filete de ternera con patatas fritasFruta |
| **MIÉRCOLES** | Judías verdes y san jacoboLácteo | Puré de verduras y tortilla de pavoLácteo | Pollo a la plancha y ensalada de queso fresco y tomateLácteo | Arroz a la cubana con huevo frito y salchichas cocidasLácteo |
| **JUEVES** | Arroz con tomate y albóndigasFruta | Berenjenas rebozadas y filete de lomo adobadoFruta | Sopa de fideos y fingers de polloFruta | Sopa de estrellas y alitas de pollo Fruta |
| **VIERNES** | Sopa de letras y empanadillas de pistoPostre | Guacamole con tortitas, embutido y quesoFruta | Tortilla de calabacín y pincho morunoPostre | Ensalada completa y embutido y quesoFruta |