

Menú de 3 a 8 años

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: Abril 2025

Benedicto XIII

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
TODOS LOS MENUS IRÁN ACOMPANADOS DE AGUA	1 Macarrones integrales (eco.) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.407/576 GT:17 GS:2 HC:76 AZ:23 PROT:25 SAL:2	2 Crema de verduras Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.416/578 GT:19 GS:4 HC:69 AZ:20 PROT:31 SAL:1	3 Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especies) con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:2.486/595 GT:25 GS:4 HC:57 AZ:20 PROT:32 SAL:2	4 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Magro a la campesina Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:2.497/597 GT:23 GS:2 HC:69 AZ:23 PROT:24 SAL:2	5 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	6 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta
7 Sopa minestrone Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.545/609 GT:18 GS:2 HC:73 AZ:25 PROT:37 SAL:3	8 Alubias estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:2.534/606 GT:21 GS:4 HC:73 AZ:20 PROT:27 SAL:1	9 Menestra de verduras salteadas Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.449/586 GT:22 GS:3 HC:7 AZ:24 PROT:25 SAL:2	10 Lentejas (eco.) a la campesina Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.487/595 GT:21 GS:4 HC:73 AZ:17 PROT:28 SAL:2	11 Arroz con salsa de tomate Empanada de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.550/610 GT:15 GS:2 HC:98 AZ:23 PROT:20 SAL:2	12 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	13 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos
14 SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	15 SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	16 SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	17 SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	18 SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	19 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	20 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta
21 SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	22 FESTIVO 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	23 FESTIVO 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	24 Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.651/634 GT:21 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2	25 Arroz (eco.) caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:2.501/598 GT:19 GS:3 HC:78 AZ:20 PROT:26 SAL:2	26 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	27 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos
28 Crema de zanahoria (eco.) Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.439/584 GT:9 GS:4 HC:72 AZ:19 PROT:30 SAL:1	29 Sopa maravilla con verduras Salmón al horno con salsa pomodoro con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.549/610 GT:19 GS:3 HC:72 AZ:24 PROT:37 SAL:3	30 Lentejas a la jardinera Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta VE:2.407/576 GT:21 GS:5 HC:72 AZ:18 PROT:26 SAL:2				

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES