

menú enero 2022

1-2 años

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
día	3	4	5	6	7
comida	Puré de verdura fresca zanahoria y puerro con pescado Yogur	Puré de garbanzos y verdura con morcillo Yogur	Crema de verdura y arroz con pescado Yogur	festivo	no lectivo
Valoración nutricional	Energía 200 Proteínas 11,4 H. Carbono 26,5 Lípidos 4,9	Energía 407 Proteínas 21,8 H. Carbono 42 Lípidos 15,3	Energía 265 Proteínas 12,4 H. Carbono 40,7 Lípidos 5,5		
día	10	11	12	13	14
comida	Puré de patata, calabacín y puerro con pescado Yogur	Puré de verdura fresca con lomo Yogur	Crema de lentejas y verdura con pollo Yogur	Puré de verdura fresca zanahoria y puerro con pescado Yogur	Puré de verdura fresca con ternera Yogur
Valoración nutricional	Energía 199 Proteínas 12,2 H. Carbono 25,1 Lípidos 5,1	Energía 247 Proteínas 12 H. Carbono 26,7 Lípidos 9,7	Energía 320 Proteínas 20,5 H. Carbono 39,8 Lípidos 7	Energía 200 Proteínas 11,4 H. Carbono 26,5 Lípidos 4,9	Energía 219 Proteínas 13,6 H. Carbono 26,5 Lípidos 6,1
día	17	18	19	20	21
comida	Puré de patata, calabacín y puerro con pescado Yogur	Puré de patatas con verdura y lomo Yogur	Puré de verdura fresca con garbanzos y ternera Yogur	Crema de verdura y arroz con pollo Yogur	Puré de verdura fresca zanahoria y puerro con pescado Yogur
Valoración nutricional	Energía 199 Proteínas 12,2 H. Carbono 25,1 Lípidos 5,1	Energía 244 Proteínas 11,7 H. Carbono 28,5 Lípidos 8,7	Energía 387 Proteínas 21,3 H. Carbono 42 Lípidos 13,3	Energía 277 Proteínas 12,9 H. Carbono 40,7 Lípidos 6,6	Energía 200 Proteínas 11,4 H. Carbono 26,5 Lípidos 4,9
día	24	25	26	27	28
comida	Puré de verdura fresca y arroz con lomo Yogur	Crema de verdura con pavo Yogur	Puré de lentejas y verdura con pescado Yogur	Puré de verdura fresca con ternera Yogur	Puré de verdura fresca zanahoria y puerro con pollo Yogur
Valoración nutricional	Energía 277 Proteínas 12,9 H. Carbono 40,7 Lípidos 6,6	Energía 212 Proteínas 11,7 H. Carbono 26,7 Lípidos 6,1	Energía 391 Proteínas 23,6 H. Carbono 44,9 Lípidos 10,9	Energía 219 Proteínas 13,6 H. Carbono 26,5 Lípidos 6,1	Energía 213 Proteínas 12,1 H. Carbono 26,5 Lípidos 6
día	31				
comida	Puré de verdura fresca zanahoria y puerro con pollo Yogur				
Valoración nutricional	Energía 213 Proteínas 12,1 H. Carbono 26,5 Lípidos 6				



menú enero 2022

1-2 años

desayunos

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Papilla de cereales	Papilla de cereales	Papilla de cereales	Papilla de cereales	Papilla de cereales

meriendas

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Papilla de frutas y jamón	Papilla de plátano con yogur y jamón	Papilla de frutas y jamón	Papilla de plátano con yogur y jamón	Papilla de frutas y jamón

dietas especiales

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Dieta astringente	Arroz blanco con pescado Yogur desnatado	Puré de patata y jamón York Manzana	Puré de zanahorias y pollo Yogur desnatado	Puré de arroz con pescado Manzana	Puré de patatas y zanahorias con jamón York Yogur desnatado

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Dieta blanda	Puré de verdura fresca con pescado o pollo Yogur	Puré de verdura fresca con pescado o pollo Yogur	Puré de verdura fresca con pescado o pollo Yogur	Puré de verdura fresca con pescado o pollo Yogur	Puré de verdura fresca con pescado o pollo Yogur

