



MENÚ MAYO 2026

MENU
BASAL
2-5 AÑOS

| | Lunes 4 | Martes 5 | Miércoles 6 | Jueves 7 | Viernes 8 |
|---------------------------|---|--|---|---|--|
| Comida | Arroz a la milanesa (C) Merluza al horno (H)(11) Ensalada variada (Cr) (11) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Lentejas guisadas (C)(4) Tortilla francesa (S)(7) Ensalada mixta (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada | Espirales int con tomate (C)(4,7,10,13) Cinta de lomo (H) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8) | Crema de calabaza, patata y judías verdes (C) Contramuslos de pollo (H) Patatas y verduras salteadas (S) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada |
| Val. Nutricional | Kcal 473 Lip 63 H.d.c. 25 Prot 14 | Kcal 608 Lip 62 H.d.c. 28 Prot 26 | Kcal 553 Lip 48 H.d.c. 24 Prot 29 | Kcal 613 Lip 66 H.d.c. 34 Prot 24 | Kcal 513 Lip 48 H.d.c. 19 Prot 26 |
| Recomendación Cena | Pavo con verduras salteadas | Pollo con patatas y verdura | Puré y tortilla francesa con ensalada | Sopa y pescado con verduras | Magro con verduras |
| | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Comida | Arroz blanco (C) Merluza al horno (H)(11) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Macarrones int a la napolitana (C)(4,7,10,13) Revuelto de huevo (S)(7) Ensalada variada (Cr)(11) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada | Lentejas estofadas (C)(4) Pescado blanco al horno (H)(11) Verdura salteada (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco | Sopa de pescado (C)(11) Pavo en salsa con verduras (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8) | FESTIVO |
| Val. Nutricional | Kcal 367 Lip 50 H.d.c. 16 Prot 12 | Kcal 444 Lip 55 H.d.c. 16 Prot 17 | Kcal 457 Lip 63 H.d.c. 33 Prot 51 | Kcal 489 Lip 31 H.d.c. 25 Prot 28 | |
| Recomendación Cena | Pollo con verduras | Sopa y pescado con verduras | Crema y pollo con patatas | Magro con ensalada | |
| | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| Comida | Crema de judías verdes, puerro y patata (C.) Merluza al horno (H)(11) Ensalada variada (Cr)(11) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Coditos int con salsa de tomate (C)(4,7,10,13) Pavo en salsa (C)(4) Verduras (C) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada | Crema de calabacín (C) Tortilla de patatas (H)(7) Ensalada mixta (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8) | Arroz con verduras (C) Lomo a la plancha (P) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada |
| Val. Nutricional | Kcal 388 Lip 45 H.d.c. 21 Prot 13 | Kcal 510 Lip 56 H.d.c. 21 Prot 22 | Kcal 469 Lip 50 H.d.c. 16 Prot 21 | Kcal 613 Lip 66 H.d.c. 34 Prot 24 | Kcal 695 Lip 81 H.d.c. 22 Prot 30 |
| Recomendación Cena | Pollo con menestra de verduras | Sopa y pescado con verduras | Ternera con ensalada | Pavo con verdura salteada | Tortilla de verduras |
| | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| Comida | Macarrones int. a la napolitana (C)(4,7,10,13) Merluza al horno (H)(11) Ensalada mediterránea (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada | Lentejas estofadas (C)(4) Tortilla francesa (S)(7) Ensalada de lechuga y maíz (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada | Crema de calabaza (C) Ragout de ternera en salsa (C)(4) Patatas y verduras salteadas (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco | Arroz con verduras (C) Pechuga de pollo gratinada (H)(8) Ensalada mixta (Cr) Pan (4.13.10) - Yogur (8) | Garbanzos guisados con verduras (C) Salmón al horno (H)(11) Ensalada variada (Cr)(11) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada |
| Val. Nutricional | Kcal 440 Lip 55 H.d.c. 19 Prot 15 | Kcal 651 Lip 52 H.d.c. 24 Prot 37 | Kcal 543 Lip 52 H.d.c. 31 Prot 24 | Kcal 739 Lip 76 H.d.c. 33 Prot 19 | Kcal 549 Lip 51 H.d.c. 24 Prot 26 |
| Recomendación Cena | Crema y lomo con verduras | Pollo con patatas y verduras | Tortilla de verduras | Sopa y pescado con verduras | Pavo con patatas |

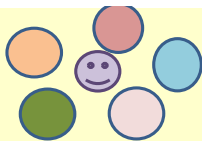
Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - N°DE COLEGIADO IC-00047. Por mas información www.vitaminaconsultoria.com**

El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

Alérgenos: 1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Frutos Secos / 7-Huevo / 8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos

Forma de preparación: A - Asado / C - Cocido / Cr - Crudo / F - Frito / G - Guisado / H - Horno / P - plancha / R - Rehogado / S - Salteado / V - Vapor





MENÚ MAYO 2026

Desayunos
Meriendas
Dietas
2-5 años

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|---|--|---|
| Desayunos | | | | |
| <i>Leche (8), tostada con AOVE (4,10,13) Fruta fresca de temporada</i> | <i>Leche (8), cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i> | <i>Leche (8), tostada con AOVE (4,10,13) Fruta fresca de temporada</i> | <i>Leche (8), cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i> | <i>Leche (8) galletas María integrales (4,8,12,13,14) Fruta fresca de temporada</i> |
| Meriendas | | | | |
| <i>Yogur (8) con cereales integrales (4) Fruta fresca de temporada</i> | <i>Pan (4.13.10) con jamón de york Fruta fresca de temporada</i> | <i>Leche (8) galletas María integrales (4,8,12,13,14) Fruta Fresca de temporada</i> | <i>Pan (4.13.10) con a.o.v.e. Fruta Fresca de temporada</i> | <i>Pan (4.13.10) con pavo Fruta Fresca de temporada</i> |
| Dieta Astringente | | | | |
| <i>Sopa de fideos desgrasada (C.)(4) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con arroz blanco (C.) Compota de manzana o pera</i> | <i>Puré de patatas (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con zanahoria cocida (C.) Compota de manzana o pera</i> | <i>Sopa de fideos desgrasada (C.)(4) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con patata cocida (C.) Compota de manzana o pera</i> | <i>Puré de patata y zanahoria (C) Cinta de lomo a la plancha (P) con arroz blanco (C.) Compota de manzana o pera</i> | <i>Sopa de arroz y zanahorias (C.) Pechuga de pollo a la plancha (P) con patata cocida (C.) Compota de manzana o pera</i> |
| Dieta Blanda | | | | |
| <i>Puré de verduras (C) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con arroz blanco (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i> | <i>Puré de verduras (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con zanahoria cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i> | <i>Puré de verduras (C) Pescado blanco a la plancha (P)(11) con patata cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i> | <i>Puré de verduras (C) Cinta de lomo a la plancha (P) con arroz blanco (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i> | <i>Puré de verduras (C) Pechuga de pollo a la plancha (P) con patata cocida (C.) Yogur o Fruta (Manzana o pera)</i> |

Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - NºDE COLEGIADO IC-00047. Por mas información www.vitaminaconsultoria.com**

El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

Alérgenos: 1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Frutos Secos / 7-Huevo / 8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos

Forma de preparación: A - Asado / C - Cocido / Cr - Crudo / F - Frito / G - Guisado / H - Horno / P - plancha / R - Rehogado / S - Salteado / V - Vapor

