

MENÚ JUNIO 2026

MENU
BASAL
2-5 AÑOS

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Comida	Macarrones int con salsa de tomate (C)(4,7,10,13) Merluza al horno (H)(11) Verdura al vapor (V) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Crema de puerros, calabacín y judías verdes (C) Huevos revueltos (S)(7) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Puré de verduras frescas (C) Magro en salsa (C) Patatas y verduras guisadas (G) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Arroz blanco (C) Pollo al limón (H) Ensalada mixta (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
Val. Nutricional	Kcal 463 Lip 58 H.d.c. 21 Prot 16	Kcal 397 Lip 36 H.d.c. 12 Prot 23	Kcal 613 Lip 66 H.d.c. 34 Prot 24	Kcal 514 Lip 54 H.d.c. 26 Prot 22	Kcal 434 Lip 49 H.d.c. 19 Prot 18
Recomendación Cena	Pollo con ensalada	Lomo con verdura salteada	Crema y pescado con ensalada	Ensalada de pasta	Sopa y pescado con verduras
	8	9	10	11	12
Comida	Macarrones int. a la Amatriciana (C)(4,7,10,13) Lenguado al horno (H)(11) Ensalada mixta (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Garbanzos guisados con verdura (C) Tortilla de patatas (H)(7) Ensalada mediterránea (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Arroz a la milanesa (C) Contramuslos de pollo (H) Ensalada variada (Cr)(11) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco	Lentejas a la riojana (C)(4) Merluza al horno (H)(11) Verdura salteada (S) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Puré de verduras frescas (C) Estofado de ternera (G) con zanahorias y guisantes (G) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
Val. Nutricional	Kcal 436 Lip 53 H.d.c. 20 Prot 17	Kcal 579 Lip 73 H.d.c. 23 Prot 20	Kcal 592 Lip 63 H.d.c. 26 Prot 26	Kcal 665 Lip 61 H.d.c. 40 Prot 27	Kcal 429 Lip 43 H.d.c. 23 Prot 19
Recomendación Cena	Pollo con ensalada	Sopa y ternera con verdura	Crema y tortilla de verdura	Pollo con ensalada	Pescado con verdura salteada
	15	16	17	18	19
Comida	Arroz blanco (C) Merluza al horno (H)(11) Verduras (C) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Lentejas estofadas (C)(4) Tortilla francesa (S)(7) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Crema de calabacín (C) Ragout de pavo (C)(4) Patatas dado y verduras salteadas (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Macarrones int con tomate (C)(4,7,10,13) Cinta de lomo (H) Ensalada variada (Cr)(11) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
Val. Nutricional	Kcal 388 Lip 54 H.d.c. 18 Prot 11	Kcal 630 Lip 53 H.d.c. 24 Prot 35	Kcal 671 Lip 50 H.d.c. 41 Prot 34	Kcal 613 Lip 66 H.d.c. 34 Prot 24	Kcal 534 Lip 55 H.d.c. 25 Prot 23
Recomendación Cena	Sopa y cinta de lomo con ensalada	Pollo con patatas y verdura	Puré y tortilla francesa con ensalada	Pescado con verduras	Pavo con verduras
	22	23	24	25	26
Comida	Crema de guisantes, puerro, calabacín (C) Merluza al horno (H)(11) Ensalada mediterránea (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Macarrones int a la Amatriciana (C)(4,10,12,13) Pollo al ajillo (C) Ensalada mixta (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Sopa de letras (C)(2,4) Ragout de ternera en salsa (C)(4) Zanahorias y guisantes (C) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco	Crema de calabaza, judías verdes y patata (C) Salmón al horno (H)(11) Ensalada variada (Cr)(11) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Garbanzos guisados con verduras (C.) Huevos revueltos (S)(7) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
Val. Nutricional	Kcal 385 Lip 44 H.d.c. 18 Prot 15	Kcal 516 Lip 54 H.d.c. 26 Prot 23	Kcal 685 Lip 77 H.d.c. 37 Prot 26	Kcal 378 Lip 33 H.d.c. 24 Prot 17	Kcal 504 Lip 59 H.d.c. 22 Prot 19
Recomendación Cena	Ternera con ensalada	Sopa y magro con verduras	Crema y pescado con ensalada	Pasta gratinada	Sopa y pescado con patatas
	29	30			
Comida	Macarrones int con salsa de tomate (C)(4,7,10,13) Merluza al horno (H)(11) Verdura salteada (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Lentejas a la riojana (C)(4) Tortilla de patatas (H)(7) Ensalada variada (Cr)(11) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada			
Val. Nutricional	Kcal 483 Lip 53 H.d.c. 22 Prot 20	Kcal 693 Lip 76 H.d.c. 32 Prot 27			
Recomendación Cena	Lomo con ensalda	Pavo con verdura			

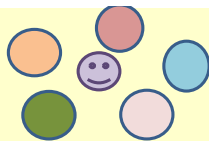
Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBÁÑEZ - NºDE COLEGIADO IC-00047. Por mas información www.vitaminaconsultoria.com**

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





MENÚ JUNIO 2026

Desayunos
Meriendas
Diets
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

