

Sabina Moyano
Dietista-Nutricionista



MENÚ cenas



Betania
Centre d'Educació Infantil



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	1º VERDURAS AL VAPOR 2º TORTILLA A LA FRANCESA FRUTA	1º PECHUGA DE POLLO/NUGGETS AL HORNO CON ENSALADA DE GUARNICIÓN FRUTA	1º CREMA DE VERDURAS 2º PESCADO A LA PLANCHA FRUTA	1º VERDURAS HERVIDAS 2º PECHUGA DE PAVO FRUTA	1º PESCADO EMPANADO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA
SEMANA 2	1º HERVIDO DE VERDURAS CON PATATA Y HUEVO FRUTA	1º PURÉ DE VERDURAS 2º SOLOMILLO DE CERDO SIN GRASA FRUTA	1º VERDURAS A LA PLANCHA 2º PESCADO FRUTA	1º PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA DE GUARNICIÓN FRUTA	1º SOPA DE POLLO 2º HAMBURGUESA FRUTA
SEMANA 3	1º VERDURAS AL VAPOR 2º PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA FRUTA	1º TORTILLA A LA FRANCESA CON VERDURAS FRUTA	1º PURÉ DE VERDURAS 2º PESCADO EMPANADO FRUTA	1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS 2º NUGGETS AL HORNO FRUTA	1º HAMBURGUESA DE PESCADO CON VERDURAS FRUTA
SEMANA 4	1º VERDURAS AL VAPOR 2º TORTILLA A LA FRANCESA CON YORK FRUTA	1º SOPA DE VERDURAS 2º PECHUGA DE POLLO EMPANADA FRUTA	1º ENSALADA 2º PESCADO FRUTA	1º CREMA DE VERDURAS 2º MUSLITOS DE POLLO AL HORNO FRUTA	1º SOPA DE VERDURAS 2º PESCADO EMPANADO FRUTA



Sabina Moyano
Dietista-Nutricionista



MENÚ sin gluten



Betania
Centre d'Educació Infantil



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	1º ARROZ CALDOSO CON GARBANZOS (PUCHERO) 2º PELOTA CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + COPOS DE MAÍZ	1º CREMA DE VERDURAS 2º GUISANTES CON PESCADO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º ENSALADA CON QUESO 2º MACARRONES (PASTA DE LENTEJA) A LA NAPOLITANA FRUTA MERIENDA: LECHE + FRUTA	1º ENSALADA VALENCIANA CON HUEVO 2º LENTEJAS FRUTA MERIENDA: BOCATA (SIN GLUTEN) DE JAMÓN	1º SOPA DE VERDURAS CON QUINOA 2º TERNERA/POLLO CON PATATA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 2	1º ENSALADA VALENCIANA 2º ESPAGUETIS (de guisante) A LA BOLOÑESA FRUTA MERIENDA: LECHE + FRUTA	1º CREMA DE CALABACÍN 2º PESCADO CON PATATA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º ENSALADA VALENCIANA 2º POTAJE DE GARBANZOS CON ARROZ Y ESPINACAS FRUTA MERIENDA: LECHE CON COPOS DE MAÍZ	1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS 2º TORTILLA A LA FRANCESA FRUTA MERIENDA: BOCATA (sin gluten) DE QUESO TIERNO	1º ENSALADA MARINERA 2º ARROZ A LA CUBANA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 3	1º CREMA DE CALABAZA CON TAQUITOS DE JAMÓN 2º LOMO ADOBADO JUDÍAS VERDES FRUTA MERIENDA: LECHE + COPOS DE MAÍZ	1º SOPA DE PESCADO CON FIDEOS DE GUISANTE 2º PESCADO CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CALDO DE TERNERA 2º PECHUGUITAS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA DE ALUBIA FRUTA MERIENDA: LECHE + COPOS DE MAÍZ	1º ENSALADA TROPICAL 2º LENTEJAS FRUTA MERIENDA: BOCATA (sin gluten) DE PAVO	1º ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO 2º ARROZ AL HORNO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 4	1º ENSALADA VALENCIANA 2º CALDOSO DE GARBANZOS CON CARNE FRUTA MERIENDA: LECHE + FRUTA	1º CREMA DE VERDURAS 2º PESCADO EMPANADO (con harina de garbanzo) FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES AL VAPOR 2º ENSALADA FRUTA MERIENDA: LECHE CON BIZCOCHO CASERO	1º SOPA DE PESCADO 2º ENSALADA MARINERA FRUTA MERIENDA: BOCATA (sin gluten) YORK/QUESO	1º CREMA DE VERDURAS 2º MACARRONES (de lenteja) A LA BOLOÑESA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA





MENÚ

Textura modificada



SEMANA 1

LUNES

1º CALDO DE PUCHERO CON ESTRELLITAS/LLUVIA

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

MARTES

1º CREMA DE VERDURAS CON PESCADO

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

MIÉRCOLES

1º SOPA DE VERDURA CON HUEVO

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

JUEVES

1º LENTEJAS CON VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

VIERNES

1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

SEMANA 2

1º SOPA DE POLLO CON FIDEOS

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

1º CREMA DE CALABACÍN Y PATATA CON PESCADO

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º POTAJE DE GARBANZOS CON ARROZ Y ESPINACAS

FRUTA

MERIENDA: LECHE Y CEREALES

1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º CALDO DE PESCADO CON FIDEOS

FRUTA

MERIENDA: LECHE Y CEREALES

SEMANA 3

1º CREMA DE CALABAZA CON TERNERA/POLLO

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

1º SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS O FIDEOS

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º CALDO CON TERNERA Y VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

1º LENTEJAS CON HUEVO

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º ARROZ CALDOSO CON POLLO Y VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

SEMANA 4

1º PURÉ DE GARBANZOS CON HUEVO

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

1º CREMA DE ESPINACAS Y PESCADO

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º PURÉ DE GUISANTES CON POLLO

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES

1º CREMA DE PESCADO Y VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

1º CALDO DE POLLO CON VERDURAS

FRUTA

MERIENDA: LECHE + CEREALES



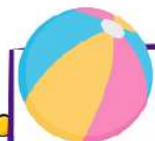
Sabina Moyano
Dietista-Nutricionista



MENÚ

Diversificación alimentaria

Betania
Centre d'Educació Infantil



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	1º CALDO DE PUCHERO CON ESTRELLITAS/LLUVIA FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º CREMA DE VERDURAS CON PESCADO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º SOPA DE VERDURA CON HUEVO FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º LENTEJAS CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: YOGUR + FRUTA	1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES
SEMANA 2	1º SOPA DE POLLO CON FIDEOS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CREMA DE CALABACÍN Y PATATA CON PESCADO FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º POTAJE DE GARBANZOS CON ARROZ Y ESPINACAS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º CALDO DE PESCADO CON FIDEOS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 3	1º CREMA DE CALABAZA CON TERNERA/POLLO FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS O FIDEOS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CALDO CON TERNERA Y VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º LENTEJAS CON HUEVO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º ARROZ CALDOSO CON POLLO Y VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES
SEMANA 4	1º PURÉ DE GARBANZOS CON HUEVO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CREMA DE ESPINACAS Y PESCADO FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º PURÉ DE GUISANTES CON POLLO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CREMA DE PESCADO Y VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º CALDO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA



Sabina Moyano
Dietista Nutricionista



MENÚ



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	1º ARROZ CALDOSO CON GARBANZOS (PUCHERO) 2º PELOTA CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º CREMA DE VERDURAS 2º GUISANTES CON PESCADO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º ENSALADA CON QUESO 2º MACARRONES A LA NAPOLITANA FRUTA MERIENDA: LECHE + GALLETAS CASERAS	1º ENSALADA VALENCIANA CON HUEVO 2º LENTEJAS FRUTA MERIENDA: BOCATA DE JAMÓN	1º SOPA DE VERDURAS CON LLUVIA 2º TERNERA/POLLO CON PATATA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 2	1º ENSALADA VALENCIANA 2º ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA FRUTA MERIENDA: LECHE + FRUTA	1º CREMA DE CALABACÍN 2º PESCADO CON PATATA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º ENSALADA VALENCIANA 2º POTAJE DE GARBANZOS CON ARROZ Y ESPINACAS FRUTA MERIENDA: LECHE CON BIZCOCHO CASERO	1º SOPA DE POLLO CON VERDURAS 2º TORTILLA A LA FRANCESA FRUTA MERIENDA: BOCATA DE QUESO TIERNO	1º ENSALADA MARINERA 2º FIDEUÀ FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 3	1º CREMA DE CALABAZA CON TAQUITOS DE JAMÓN 2º LOMO ADOBADO JUDÍAS VERDES FRUTA MERIENDA: LECHE + CEREALES	1º SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS O FIDEOS 2º PESCADO CON VERDURAS FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º CALDO DE TERNERA 2º NUGGETS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA DE ALUBIA FRUTA MERIENDA: LECHE + GALLETAS CASERAS	1º ENSALADA TROPICAL 2º LENTEJAS FRUTA MERIENDA: BOCATA DE PAVO	1º ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO 2º ARROZ AL HORNO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA
SEMANA 4	1º ENSALADA VALENCIANA 2º CALDOSO DE GARBANZOS CON CARNE FRUTA MERIENDA: LECHE + FRUTA	1º CREMA DE VERDURAS 2º PESCADO EMPANADO FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA	1º PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES AL VAPOR 2º ENSALADA FRUTA MERIENDA: LECHE CON BIZCOCHO CASERO	1º SOPA DE PESCADO 2º ENSALADA MARINERA FRUTA MERIENDA: BOCATA YORK/QUESO	1º CREMA DE VERDURAS 2º MACARRONES A LA BOLOÑESA FRUTA MERIENDA: LÁCTEO + FRUTA

