MENÚ-OTOÑO BEBÉS 2026-2027

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
1ª semana	• Puré de verduras variadas, patata y ternera. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada	• Puré de legumbres (garbanzos, arroz y verduras variadas) • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pollo. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas , patata y pescado. • Fruta triturada
2ª semana	• Puré de verduras variadas, patata y pavo . • Fruta triturada	• Puré de lentejas con verduras. • Fruta triturada	• Puré de legumbres (patata, garbanzos, zanahoria, pollo) • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y ternera. • Fruta triturada
3ª semana	• Puré de verduras variadas, patata y pollo. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y ternera. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada	• Puré de lentejas con verduras. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada
4ª semana	• Puré de verduras variadas, patata y ternera. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pollo. • Fruta triturada	• Puré de legumbres con verduras. • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada
5ª semana	• Puré de verduras variadas, patata y pavo. • Fruta triturada	• Puré de lentejas y hortalizas • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada	• Puré de legumbres (zanahoria, patata, garbanzos, pollo) • Fruta triturada	• Puré de verduras variadas, patata y pescado. • Fruta triturada

ALMUERZO: FRUTA TRITURADA

MERIENDA: YOGUR NATURAL

Fruta de temporada: pera, plátano, uva, naranja, mandarina, caqui

Verduras variadas: calabaza, calabacín, judías verdes, cebolla, zanahoria

Energía media aportada/menú diario = 156,8 Kcal; 4,2 gr. GRASAS (de las cuales saturadas 0,6 gr.); 7,2 gr. PROTEÍNAS; 21,9 gr. HIDRATOS (de los cuales azúcares intrínsec 113,5 gr.); SAL 0,,07 gr.

*INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias, ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe al centro, aportando el certificado médico, para solicitar un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Puede solicitar en el centro la carta de alérgenos que contienen los platos servidos.

*El día 1 de cada mes comenzaremos por el día correspondiente de la primera semana. Si el día 1 fuera festivo o fin de semana, el primer día lectivo corresponderá a la primera semana.

*Menú elaborado por **DIETISTA-NUTRICIONISTA CV 00141** (dietalia@dietalia.es)

Ciudad Infantil San Jorge Nursery School

ALERGENOS-PLATOS

Nombre del plato	Alérgenos correspondientes
ABADEJO A LA ANDALUZA	Gluten, Pescado
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	Apio, Sulfitos
ALBÓNDIGAS DE PAVO EN SALSA	Apio, Sulfitos
ARROZ A BANDA	Crustáceos, Moluscos, Pescado, Soja
ARROZ CALDOSO DE PESCADO	Crustáceos, Moluscos, Pescado
ARBOLITOS DE COLIFLOR CON AOVE	*Ninguno*
ARROZ CON PISTO DE VERDURAS	*Ninguno*
BACALAO AL HORNO	Crustáceos, Pescado
BUÑUELOS DE BACALAO	Gluten, Huevos, Pescado
BOCADITOS DE HEURA EN SALSA	Apio, Soja
BOLOÑESA DE SOJA TEXTURIZADA	Soja
COCIDO	Apio, Gluten, Sulfitos
CREMA DE CALABACÍN	Sulfitos
CREMA DE ESPINACAS, ZANAHORIA Y TERNERA	Sulfitos
CREMA DE VERDURAS VARIADAS	Sulfitos
CREMA DE ZANAHORIA	Sulfitos
CROQUETAS	Gluten, Huevos, Lácteos. Puede contener trazas de: Pescado, Soja
ENSALADA	Lácteos, Pescado
ESPIRALES DE LENTEJAS CON CABALLA Y TOMATE	Pescado
ESTOFADO DE SEPIA CON CARACOLAS Y PASTA	Crustáceos, Gluten, Moluscos, Pescado, Sulfitos. Puede contener trazas de soja, mostaza.
ESTOFADO DE TOFU	Apio, Soja
FIDEUÁ DE PESCADO	Crustáceos, Gluten, Moluscos, Pescado, Sulfitos
FIDEUÁ DE CARNE	Apio, Gluten
GUISO DE PAVO CON PATATAS Y PASTA	Apio, Gluten, Sulfitos
LENTEJAS HUERTANAS	*Ninguno*
LENTEJAS RIOJANAS	*Ninguno*
MACARRONES INTEGRALES A LA BOLOÑESA	Gluten, Sulfitos. Puede contener trazas de: Huevo
MACARRONES BOLOÑESA - SOJA TEXTURIZADA	Gluten, Soja, Sulfitos. Puede contener trazas de: Huevo
MACARRONES CON CABALLA Y TOMATE	Gluten, Pescado. Puede contener trazas de: Huevo
MACARRONES CON PISTO DE VERDURAS	Gluten, Huevos. Puede contener trazas de: Mostaza, Soja
MARMITAKO DE SALMÓN CON PATATAS	Crustáceos, Moluscos, Pescado, Sulfitos
MERLUZA AL HORNO	Pescado
MERLUZA CON GUISANTES	Crustáceos, Pescado
OLLETA ALICANTINA	*Ninguno*
PAELLA ALICANTINA	Apio, Sulfitos
PATATAS FRITAS	*Ninguno*
POLLO EN SALSA	Apio
POTAJE DE GARBANZOS CON ARROZ	*Ninguno*
POTAJE VEGETAL DE GARBANZOS CON ARROZ	*Ninguno*
PURÉ DE VERDURAS VARIADAS (BEBÉS)	*Ninguno*
PURÉ DE VERDURAS Y PESCADO (BEBÉS)	Pescado
PURÉ DE VERDURAS Y POLLO/TERNERA/CERDO (BEBÉS)	Apio
SALMÓN MARINADO	Pescado
SOPA DE AVE CON GARBANZOS Y FIDEOS	Apio, Gluten
SOPA DE AVE CON ESTRELLITAS	Apio, Gluten
SOPA DE VERDURAS CON GARBANZOS Y FIDEOS	Apio, Gluten
TORTILLA DE CALABACÍN	Huevos
TORTILLA DE PATATAS	Huevos, Sulfitos
TORTILLA FRANCESA	Huevos
TORTILLA CON QUESO	Huevos, Lácteos
TORTILLA CON CHAMPIÑONES Y JAMÓN	Huevos