

Plan de menú xuño 2018

ESCOLA INFANTIL MUNICIPAL DE BARBADÁS

Tempada: primavera-verán

Tipo: xantar/merenda purés pequenos 6-24 m

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	NutriConsello
28 Puré de pavo logurt 7	29 Puré de allo porro, cabaza e polo logurt 7	30 Puré de peixe e verduras logurt 7	31 Puré de tenreira logurt 7	1 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	Nos alimentos para lactantes e nenos non se debe engadir azucre, mel nin edulcorantes.
Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	
4 Puré de allo porro, cabaza e polo logurt 7	5 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	6 Puré de Pavo logurt 7	7 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	8 Puré de tenreira logurt 7	
Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	
11 Puré de lentellas c/cenoria e arroz logurt 7	12 Puré de allo porro, cabaza e polo logurt 7	13 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	14 Puré de tenreira logurt 7	15 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	
Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	
18 Puré de pavo logurt 7	19 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	20 Puré de tenreira logurt 7	21 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	22 Puré de allo porro, cabaza e polo logurt 7	
Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	
25 Puré de tenreira logurt 7	26 Puré de lentellas c/cenoria e arroz logurt 7	27 Puré de peixe e verduras logurt 4,7	28 Puré de allo porro, cabaza e polo logurt 7	29 Puré de pavo logurt 7	
Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	Puré de froitas	



Opcións para peixe dos purés: pescada, bacallau, salmón. Purés con froita de tempada: mazá, pera, plátano, laranxa, amorodo. Supervisión Dietista-Nutricionista. Tecnóloga Alimentos.



Marta López Reyes
Membro Correspondente
ACADEMIA ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Fdo. M. LÓPEZ REYES Col. N°GA0075


411.481.460

Plan de menú xuño 2018

ESCOLA MUNICIPAL INFANTIL DE BARBADÁS

Tempada: primavera-verán

Tipo: xantar/merenda 2-3 anos

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	NutriConsello
28 Crema de verduras Paella Froita 4 Bocadillo de atún Froita 1,4	29 Niños de puré de patacas Peixe á romana Flan de ovo 1,3,4,7 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	30 Ens. Cenoria e tomate raiado Macarróns á boloñesa Froita 1,3,7 Bocadillo de chourizo Froita 1,7	31 Sopa de peixe e estrelañas Tortilla de patacas e cabaciña Froita 1,3,4 Bocadillo de tomate raiado con aceite de oliva. Froita 1	1 Puré de garavanzos c/aceite oliva Bocadiños de Peixe cocido Froita 4 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	
4 Crema de cabaciña Fideos c/polo e champiñóns logurt 1,3,7 Bocadillo de chocolate Froita 1,6,7,8	5 Sopa de arroz Peixe ó forno c/ patacas Froita 4 Bocadillo de chourizo Froita 1,7	6 Lentellas guisadas c/cenoria e arroz.* Froita Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	7 Pisto de verduras Lasaña Froita 1,3,4,6,7,9,10,12 Bocadillo de queixo Froita 1,7	8 Puré de cenoria Albóndegas de peixe Natilla 1,3,4,7 Bocadillo de tortilla francesa 1,3	Nos alimentos para lactantes e nenos non se debe engadir
11 Crema de cenoria e cabaza Tenreira estufada c/verduras Froita Bocadillo de salchichón Froita 1,7	12 Pisto de verduras Peixe cocido c/ patacas cocidas. logurt 1,3,4,6,7,9,10,12 Pan c/ tomate raiado e aceite de oliva. Froita 1	13 Garavanzos c/verdura e aceite de oliva. Ovo cocido. Froita 3 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	14 Niños de puré de patacas Peixe á romana Flan de ovo 3,4,7 Bocadillo de chocolate Froita 1,6,7,8	15 Crema de chícharos Arroz meloso de pavo Froita Bocadillo de queixo Froita 1,7	azucres, mel nin edulcorantes.
18 Puré de verduras Bocadiños de Peixe cocido logurt 4 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	19 Lentellas guisadas c/cenoria e arroz.* Froita Bocadillo de chourizo Froita 1,7	20 Sopa de fideos Filete ruso c/patacas fritidas Froita 1,3 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	21 Crema de allo porro e cabaza Macarróns c/ atún logurt 1,3,4,7 Bocadillo de salchichón Froita 1,7	22 Pisto de verduras Albóndegas de carne c/arroz Froita 1,3,4,6,7,9,10,12 Bocadillo de queixo Froita 1,7	
25 Niños de puré de patacas Tenreira estufada c/verduras Froita 3,7 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	26 Puré de garavanzos c/aceite oliva Peixe á romana Natilla de chocolate 1,4,7 Bocadillo de chocolate Froita 1,6,7,8	27 Crema de cabaciña Fideos c/polo e champiñóns Froita 1,3 Bocadillo de queixo Froita 1,7	28 Ens. de cenoria e tomate raiado Paella logurt 4,7 Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	29 Puré de cenoria e cabaza Macarróns á boloñesa Froita 1,3,7 Bocadillo de chourizo Froita 1,7	

Opcións para peixe do menú: bacallau, pescada, atún, linguado, bonito, sardinillas. Froita de tempada: mazá, pera, plátano, amorodo, sandía, melón.

* Os legumes pola súa composición nutricional rica en hidratos de carbono e proteínas, poden conformar un prato único.

Supervisión Dietista-Nutricionista.
Tecnóloga Alimentos. Fdo. M. LÓPEZ REYES Col. NºGA0075


44.480.4602