

Régimen alimentario

Triturado

Se prepara papilla de verduras trituradas a los bebés de Nido que lo necesiten. La papilla se aliña con aceite de oliva y se realiza a partir de patata, cebolla, zanahoria, judías verdes, calabacín, apio y puerro. En el postre se alternará papilla de avena, papilla de frutas o yogur. Los bebés lactantes menores de 6 meses que tomen leche materna o leche de sustitución solamente abonarán ½ cuota del servicio de comedor, pasada esta edad el servicio de comedor será obligatorio.

Sólido

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Almuerzos	Meriendas
Lunes	Crema de patata, puerro, cebolla, calabacín y queso blanco con taquitos de tofu crujientes por encima	Crema de patata, zanahoria, broccoli y cebolla con bacalao desmenuzado por encima	Crema de zanahoria, puerro, cebolla y leche de coco con tortilla a la francesa	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y pavo	Bizcocho casero de avena sin azúcar + Fruta
Martes	Pasta con carne de ternera picada y salsita casera de calabaza, cebolla, zanahoria y tomate	Pasta con soja texturizada y salsita casera de cebolla, zanahoria y tomate	Pasta con salsita de queso vegano (patata, zanahoria, levadura nutricional, leche de coco y anacardos) y taquitos de pavo	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y maíz	Avena horneada con bebida vegetal, plátano y pasas
Miércoles	Lentejas con arroz y verduras (zanahoria, tomate, judías verdes, cebolla y calabacín)	Arroz meloso de alubias con cebolla, tomate, cardo, puerro y zanahoria	Lentejas con mijo o quinoa y verduras (zanahoria, espinacas, tomate, judías verdes, cebolla y calabacín)	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral, huevo duro y pepino	Calabaza asada con yogur
Jueves	Sopa de fideos con patata, guisantes, coliflor, zanahoria y merluza	Sopa de estrellitas con huevo duro, cardo, puerro, judías verdes y zanahoria	Sopa de fideos integrales con nabo, chirivía, zanahoria, puerro, tomate, garbanzos y pollo	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y queso	Focaccia con tomate natural y aceitunas negras + Fruta
Viernes	Arroz caldoso con pollo, puerro, zanahoria, cebolla, tomate y judías verdes	Arroz caldoso de ternera con patata zanahoria, champiñones, tomate y guisantes	Arroz meloso de rape con guisantes, zanahoria, patata, calabacín y puerro	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral, huevo duro y tomate natural	Batido casero de copos de avena, leche y fruta
Postre	Fruta				

* Los alumnos/as de Casa de Niños tendrán a diario un 2º plato de ensalada.

Régimen alimentario vegano

Triturado

Se prepara papilla de verduras trituradas a los bebés de Nido que lo necesiten. La papilla se aliña con aceite de oliva y se realiza a partir de patata, cebolla, zanahoria, judías verdes, calabacín, apio y puerro. En el postre se alternará papilla de avena, papilla de frutas o yogur. Los bebés lactantes menores de 6 meses que tomen leche materna o leche de sustitución solamente abonarán ½ cuota del servicio de comedor, pasada esta edad el servicio de comedor será obligatorio.

Sólido

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Almuerzos	Meriendas
Lunes	Crema de patata, puerro, cebolla y calabacín con taquitos de tofu crujientes por encima	Crema de patata, zanahoria, broccoli y cebolla con garbanzos salteados por encima	Crema de zanahoria, puerro, cebolla y leche de coco con tortilla de garbanzos	Manzana, plátano, zumo de naranja y pan integral	Bizcocho casero de avena sin azúcar + Fruta
Martes	Pasta con soja texturizada y salsita casera de calabaza, cebolla, zanahoria y tomate	Pasta con soja texturizada y salsita casera de cebolla, zanahoria y tomate	Pasta con salsita de queso vegano (patata, zanahoria, levadura nutricional, leche de coco y anacardos) y taquitos de tofu	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y maíz	Avena horneada con bebida vegetal , plátano y pasas
Miércoles	Lentejas con arroz y verduras (zanahoria, tomate, judías verdes, cebolla y calabacín)	Arroz meloso de alubias con cebolla, tomate, cardo, puerro y zanahoria	Lentejas con mijo o quinoa y verduras (zanahoria, espinacas, tomate, judías verdes, cebolla y calabacín)	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y pepino	Calabaza asada con yogur vegetal
Jueves	Sopa de fideos con patata, guisantes, coliflor y zanahoria	Sopa de estrellitas con cardo, puerro, judías verdes, zanahoria y alubias	Sopa de fideos integrales con nabo, chirivía, zanahoria, puerro, tomate y garbanzos	Manzana, plátano, zumo de naranja y pan integral	Focaccia con tomate natural y aceitunas negras + Fruta
Viernes	Arroz caldoso con puerro, zanahoria, cebolla, tomate, judías verdes y albóndigas vegetales	Arroz caldoso con patata zanahoria, champiñones, tomate y guisantes	Arroz meloso con guisantes, zanahoria, patata, calabacín, puerro y alubias	Manzana, plátano, zumo de naranja, pan integral y tomate natural	Batido casero de copos de avena, leche de avena y fruta
Postre	Fruta				

* Los alumnos/as de Casa de Niños tendrán a diario un 2º plato de ensalada.