

SCHOOL MENU FEBRERO/FEBRUARY

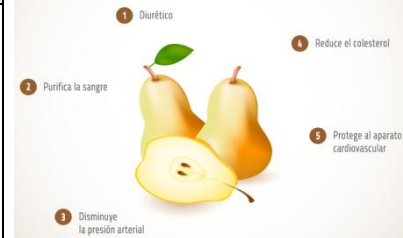
El Centro tiene disponible la información relativa a la presencia de alérgenos

			JUEVES/THURSDAY 1	VIERNES/FRIDAY 2
			Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de garbanzos con verduras (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur
LUNES/MONDAY 5	MARTES/TUESDAY 6	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 7	JUEVES/THURSDAY 8	VIERNES/FRIDAY 9
Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de lentejas con verduras y arroz (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y pescado (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 12	MARTES/TUESDAY 13	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 14	JUEVES/THURSDAY 15	VIERNES/FRIDAY 16
Puré de verduras y pescado (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de garbanzos con verduras (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur
LUNES/MONDAY 19	MARTES/TUESDAY 20	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 21	JUEVES/THURSDAY 22	VIERNES/FRIDAY 23
Puré de verduras y pescado (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de lentejas con verduras y arroz (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 26	MARTES/TUESDAY 27	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 28	JUEVES/THURSDAY 29	VIERNES/FRIDAY 1
Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y pescado (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de garbanzos con verduras (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur

*En las sugerencias para las cenas, VERDURA incluye verduras cocinadas u hortalizas crudas

CONSEJO SALUDABLE

5 beneficios de la pera



Pirámide Naos



http://www.aecosan.mssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/stubseccion/piramide_NAOS.htm