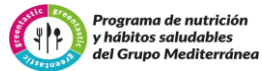


# Menú Basal 1 - 2 años - ABRIL 2026. Colegio Senara

DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10
<b>NO LECTIVO</b>	Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con ternera	Puré de verduras con merluza	Puré de verduras con pollo
	Huevos Villaroy		Merluza al horno	Pollo al Horno
	Ensalada Variada	Cocido Completo	Ensalada Variada	Arroz pilaf
	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Yogur Natural y Pan
DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17
Puré de verduras con ternera	Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con merluza	Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con ternera
Tortilla Francesa	Muslitos de Pollo Asados en su Jugo	Merluza con Aceite de Ajo y Perejil	Pollo al horno	Merluza a la Andaluza
Ensalada Variada	Cous Cous al Romero	Ensalada Variada	Arroz Pilaf	Tomate Aliñado con Orégano
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Yogur Natural y Pan
DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24
Puré de verduras con merluza	Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con ternera	Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con merluza
Merluza al Horno	Cocido Completo	Lomo de Sajonia en Salsa de Zanahoria	Duelos y Quebrantos de Pavo	Merluza a la Riojana
Ensalada Variada	Repollo con Ajo Rehogado	Patatas Fritas Crujientes	Ensalada Variada	Ensalada Variada
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Yogur Natural y Pan
DÍA 27	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	
Puré de verduras con pollo	Puré de verduras con merluza	Puré de verduras con ternera	Puré de verduras con pollo	
Albóndigas de Ternera a la Jardinera	Merluza en Salsa Verde	Tortilla Francesa con Lascas de Calabacín	Pollo Asado al Limón	
Dados de Patata	Guisantes Rehogados	Ensalada Variada	Ensalada Variada	
Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	Fruta y Pan	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (Pátano, Manzana, Pera, Naranja o Mandarina recién exprimida)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ



# ¡APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE CADA ESTACIÓN!

Para fomentar una alimentación saludable y sostenible en los primeros años de vida, uno de los factores a tener en cuenta es la **temporalidad de las frutas y verduras**. Además de cuidar el medio ambiente, y mantener sus propiedades nutricionales, hace que las consumamos en su óptimo momento de maduración, facilitando su ingesta en la infancia.

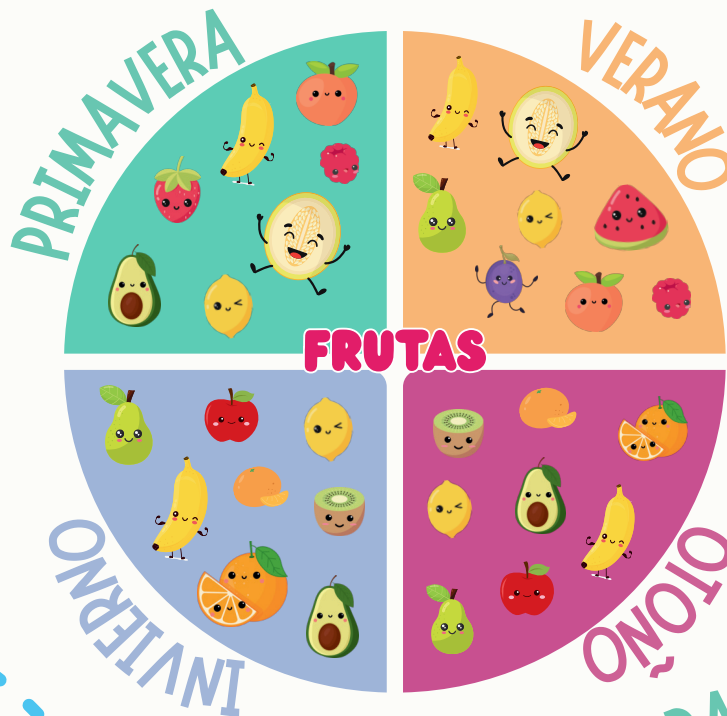
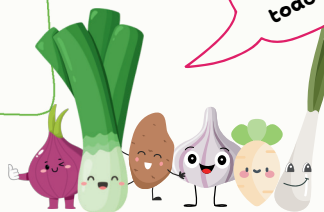
Si has comido...

...deberías cenar

Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Carne	Verdura + Pescado o Huevo o Legumbre
Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Pescado	Verdura + Carne o Huevo o Legumbre
Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Huevo	Verdura + Pescado o Carne o legumbre
Vedura + Carne	Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Pescado o Huevo
Verdura + Pescado	Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Carne o Huevo
Verdura + Huevo	Pasta/Arroz/Patata/Legumbre + Pescado o Carne
Frutas/Lácteo	Frutas/Lácteo



¡Nos puedes encontrar todo el año!



Utiliza la fruta madura para hacer batidos y helados caseros.

