

El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LOS OLIVOS

TRITURADO

ENERO 2024

LUNES 1

MARTES 2

MIÉRCOLES 3

JUEVES 4

VIERNES 5

VACACIONES DE NAVIDAD



LUNES 8

Túrmix de verduras,
arroz y huevo

MARTES 9

Túrmix de verduras,
legumbre y pollo

MIÉRCOLES 10

Túrmix de verduras,
patata y pescado

JUEVES 11

Túrmix de verduras,
patata y ternera

VIERNES 12

Túrmix de verduras,
legumbre y cerdo

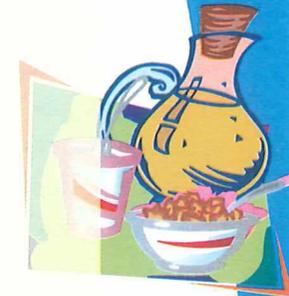
Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Yogur sabor



LUNES 15

Túrmix de verduras,
patata y ternera

MARTES 16

Túrmix de verduras,
patata y pescado

MIÉRCOLES 17

Túrmix de verduras,
legumbre y pollo

JUEVES 18

Túrmix de verduras,
arroz y huevo

VIERNES 19

Túrmix de verduras,
arroz y pescado

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Yogur sabor



LUNES 22

Túrmix de verduras,
arroz y huevo

MARTES 23

Túrmix de verduras,
patata y pescado

MIÉRCOLES 24

Túrmix de verduras,
legumbre y pollo

JUEVES 25

Túrmix de verduras,
arroz y pescado

VIERNES 26

Túrmix de verduras,
legumbre y cerdo

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Yogur sabor



LUNES 29

Túrmix de verduras,
arroz y pescado

MARTES 30

Túrmix de verduras,
legumbre y pollo

MIÉRCOLES 31

Túrmix de verduras,
patata y cerdo

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

Túrmix de frutas

El menú de tu hija

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LOS OLIVOS

MENÚ ADAPTADO 1-3 AÑOS

ENERO 2024

LUNES 1

MARTES 2

MIÉRCOLES 3

JUEVES 4

VIERNES 5

VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES 8

Arroz con salsa de tomate
Bacalao al horno con ajo y perejil
Champiñón salteado

Pan / Piña en su jugo

MARTES 9

Lentejas con verduras
Tortilla de patata y calabacín
Lechuga y aceitunas

Pan / Fruta fresca

MIÉRCOLES 10

Crema de hortalizas
Filete de merluza al horno
Lechuga y maíz

Pan / Fruta fresca / leche

JUEVES 11

Espirales napolitana con aceitunas
Filete de pollo al ajillo
Lechuga y tomate

Pan / Fruta fresca

VIERNES 12

Sopa de cocido con fideos ECO
Garbanzos, pollo, patata y col

Pan / Yogur

LUNES 15

Sopa de lluvia
Cinta de lomo al horno
Lechuga y b. de soja

Pan / Fruta fresca

MARTES 16

Arroz ECO con pollo
Caballa en salsa de tomate
Lechuga y aceitunas

Pan / Fruta fresca

MIÉRCOLES 17

Garbanzos guisados con calabaza
Tortilla francesa
Tomate aliñado

Pan / Fruta fresca / leche

JUEVES 18

Brócoli con ajo y cebolla
Pollo adobado estilo andaluz
Patatas fritas

Pan / Fruta fresca

VIERNES 19

Tallarines con verduras
Limalla al horno con ajito
Lechuga y maíz

Pan / Yogur sabor

LUNES 22

Judías verdes salteadas

Ternera a la jardinera

Puré de patata
Pan / Fruta fresca

MARTES 23

Coditos aglio-olio con york
Merluza en salsa verde
Lechuga y maíz

Pan / Fruta fresca

MIÉRCOLES 24

Lentejas ecológicas c. verduras
Pollo asado en su jugo
Patata dado al ajillo

Pan / Fruta fresca / leche

JUEVES 25

Arroz con calabacín y zanahoria
Tortilla francesa
Lechuga y remolacha

Pan / Fruta fresca

VIERNES 26

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos, pollo, patata y col

Pan / Yogur sabor

LUNES 29

Espirales a la napolitana
Bacalao ajillo
Lechuga y zanahoria

Pan / Fruta fresca

MARTES 30

Alubias estofadas
Pollo en salsa de verduras
Patatas fritas

Pan / Fruta fresca

MIÉRCOLES 31

Crema de verduras y hortalizas
Tortilla de patata y cebolla
Lechuga y tomate

Pan / Fruta fresca / leche

