

Virgen del Valle

Diciembre del 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
1° Plato			Frijoles con verduras	Macarrones con tomate	Patatas con menestra
2° Plato			Gallo rebozado	Hamburguesas de pollo	Tortilla francesa
Postre			Fruta	Yogurt	Fruta
<i>Alérgenos</i>			<i>Apio, gluten</i>	<i>Pescado, lactosa</i>	<i>Gluten, huevo, apio</i>
	LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
1° Plato		Lentejas con verduras		Arroz con verduras	Puchero con estrellitas
2° Plato	FIESTA	Croquetas de pescado y	FIESTA	Gallo rebozado	Tortilla francesa y queso
Postre		Fruta		Yogurt	Fruta
<i>Alérgenos</i>		<i>Huevo, lactosa</i>	<i>Huevo, lactosa</i>	<i>Apio, gluten, huevo, lactosa</i>	<i>Pescado, huevo,</i>
	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
1° Plato	Macarrones con tomate frito	Garbanzos con Calabaza	Puchero de estrellitas	Frijoles con verduras	Menestra con verduras
2° Plato	Tartilla francesa y queso fresco	Lenguado al horno con salsa De cebolla.	Albóndigas de pollo en salsa de zanahoria	Hamburguesas de salmón en salsa de zanahoria	Croquetas de puchero
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<i>Alérgenos</i>		<i>Huevo</i>	<i>Pescado gluten huevo</i>	<i>Pescado, marisco</i>	<i>Apio, lactosa, gluten, huevo</i>
	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	
1° Plato	Espaguetis con tomate frito	Lentejas con verduras	Arroz caldoso		
2° Plato	Hamburguesas de salmón en salsa de cebolla.	Tortilla con pavo y queso fresco	Croquetas de puchero	FIESTA DE NAVIDAD	
Postre	Fruta	Fruta	Yogurt		
<i>Alérgenos</i>	<i>Gluten, huevo</i>	<i>Gluten, huevo, lactosa</i>	<i>Lactosa, gluten, huevo</i>		

Queridos padres y madres, este es el menú para el mes de diciembre.

Como cada mes os informamos que este es el "menú central" el que se les da a los niños y niñas de 2 años. A partir de este se elabora el menú de los niños de 1 año que comen molido.

Os recordamos que:

- Las cenas deben ser complementarias del menú escolar
- Deben ser ligeras, para que no altere el sueño del niño y pueda dormir bien
- El consumo de legumbres es indispensable para una alimentación equilibrada, siendo su aporte de proteínas vegetales muy importante

Recordad que.

Un alérgeno es un componente de un alimento, o un aditivo incorporado al mismo, cuya ingestión, contacto o inhalación provoca una reacción inmunológica conocida como alergia alimentaria.

Están detallados los alérgenos que contiene este menú:

Huevos, lácteos, gluten, pescado, marisco y apio

Como veis, el día 23 tendremos la Fiesta de Navidad y vendrán a visitarnos los Reyes Magos

Virgen del Valle

Menú semanal del 1 al 3 de Dic

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Frijoles con verdura 2º Gallo rebozado. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de frijoles con pescado Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Jueves	Jueves	Jueves
1º Macarrones con tomate 2º Hamburguesas de pollo. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Macarrones con tomate 2º Hamburguesas de pollo. Postre: Yogurt Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Viernes	Viernes	Viernes
1º Patatas con menestra 2º Tortilla francesa. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Patatas con menestra 2º Tortilla francesa. Postre: Fruta	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas

Virgen del Valle

Niños de 2 años	Niños de 1 año	Bebés
Lunes	Lunes	Lunes
FIESTA		
Martes	Martes	Martes
1º Lentejas con verduras 2º Croquetas de pescado con ensalada mixta Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Miércoles	Miércoles	Miércoles
FIESTA		
Jueves	Jueves	Jueves
1º Arroz con verduras 2º Gallo rebozado Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de arroz con verduras y proteína Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteínas. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Viernes	Viernes	Viernes
1º Puchero con fideos 2º Tortilla francesa y queso fresco Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	Puchero de pavo molido Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas

- El viernes los niños/as de 1 año que comen entero, tienen de 2º plato Albóndigas de pescado Virgen del Valle

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS
Lunes	Lunes	Lunes
1º Macarrones con tomate frito 2º Tortilla francesa y queso fresco Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Puré de verduras con pasta de trigo y ternera Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas /galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Martes	Martes	Martes
1º Garbanzos con calabaza 2º Lenguado al horno con salsa de cebollas Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Garbanzos con calabaza y pescado, en puré Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Puré de verduras con pescado Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Puchero con estrellitas 2º Albóndigas de pollo en salsa de zanahorias. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Puchero de pavo, molido Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Jueves	Jueves	Jueves
1º Frijoles con verduras 2º Hamburguesas de salmón en salsa de gambas Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas
Viernes	Viernes	Viernes
1º Menestra con verduras. 2º Croquetas de puchero y ensalada mixta Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de menestra con pollo. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas

Virgen del Valle

Menú semanal **del 20 al 23 de Diciembre**

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS
Lunes	Lunes	Lunes
1º Espaguetis con tomate 2º Hamburguesas de salmón en salsa de cebolla. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Puré de verduras con pasta de trigo y ternera Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas /galletas	1º Molido de verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Martes	Martes	Martes
1º Lentejas con arroz 2º Albóndigas de merluza en salsa de zanahorias Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré verdura más proteína. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de verdura o molido de Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Arroz caldoso 2º Croquetas de puchero Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de arroz con verduras y proteína Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Yogurt Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Jueves	Jueves	Jueves
FIESTA	DE	NAVIDAD

**La Escuela empieza el lunes 10 de enero
¡FELICES FIESTAS!**