

Virgen del Valle

Diciembre del 2022

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
1° Plato				Frijoles con verduras	Patatas con menestra
2° Plato				Gallo rebozado	Lagrimitas de pollo con salsa de zanahoria
Postre				Fruta	Fruta
<i>Alérgenos</i>				<i>Pescado, lactosa</i>	<i>Gluten, huevo, apio</i>
	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
1° Plato	Lentejas con verduras		Arroz con verduras		MACARRONES
2° Plato	Croquetas de pescado con ensalada mixta	FIESTA	Gallo rebozado	FIESTA	Tortilla francesa y queso
Postre	Fruta		Fruta		Yogur
<i>Alérgenos</i>	Huevo, lactosa, y `pescado		<i>Huevo, lactosa y pescado</i>		<i>Pescado, huevo,</i>
	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
1° Plato	Cinta con tomate frito	Garbanzos con Calabaza	Puchero de estrellitas	Frijoles con verduras	Menestra con verduras
2° Plato	Tartilla francesa	Lenguado al horno con salsa De cebolla.	Albóndigas de pollo en salsa de zanahoria	Hamburguesas de salmón en salsa de zanahoria	Croquetas de puchero con ensalada mixta
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<i>Alérgenos</i>	<i>Huevo, gluten</i>	<i>Pescado</i>	<i>Gluten huevo</i>	<i>Huevo y pescado</i>	<i>Apio, lactosa, gluten, huevo</i>
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	
1° Plato	Macarrones con tomate frito	Lentejas con verduras	Arroz caldoso con gambas		
2° Plato	Hamburguesas de salmón en salsa de cebolla.	Tortilla con pavo	Croquetas de coliflor	FIESTA DE NAVIDAD	
Postre	Fruta	Fruta	Fruta		
<i>Alérgenos</i>	<i>Gluten, huevo y pescado</i>	<i>Gluten, huevo, lactosa</i>	<i>Lactosa, marisco 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 22 tendremos la Fiesta de Navidad y vendrán a visitarnos los Reyes Magos

Virgen del Valle

Menú semanal del 1 al 2 de Dic

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS

Jueves	Jueves	Jueves
1º Frijoles con verduras 2º Gallo empanado Postre: Fruta	1º Molido de frijoles con pescado Postre: Fruta	1º Molido de verdura con pescado Postre: Fruta
Viernes	Viernes	Viernes
1º Patatas con menestra 2º Lagrimita de pollo con salsa de zanahoria Postre: Fruta	1º Patatas con menestra 2º Albondigas de pollo con salsa de zanahoria Postre: Fruta	1º Molido de verdura con pollo Postre: Fruta

Virgen del Valle

Menú semanal **del 5 al 9 de diciembre**

Niños de 2 años	Niños de 1 año	Bebés
Lunes	Lunes	Lunes
1º Lentejas con verduras 2º Croquetas de pescado con ensalada mixta Postre: Fruta	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína (pescado) Postre: Fruta
Martes	Martes	Martes

FIESTA

	FIESTA	
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Arroz con verduras 2º Gallo rebozado Postre: Fruta	1º Molido de arroz con verduras y proteína (ternera) Postre: Fruta	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteínas (ternera) Postre: Fruta
Jueves	Jueves	Jueves
	FIESTA	
viernes	Viernes	viernes
1º Macarrones con tomates 2º Tortilla francesa y queso fresco Postre: Yogur	Pasta con verdura y pollo Postre: Yogur	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína (pollo) Postre: Yogur

Virgen del Valle

Menú semanal **del 12 al 16 de diciembre**

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS
Lunes	Lunes	Lunes
1º Cinta con tomate frito 2º Tortilla francesa Postre: Fruta	1º Puré de verduras con pasta de trigo y ternera Postre: Fruta	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Fruta
Martes	Martes	Martes
1º Garbanzos con calabaza 2º Lenguado al horno con salsa de cebollas Postre: Fruta	1º Garbanzos con calabaza y pescado, en puré Postre: Fruta	1º Puré de verduras con pescado Postre: Fruta
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Puchero con estrellitas	1º Puchero de pavo, molido	1º Molido de verdura o molido de

2º Albóndigas de pollo en salsa de zanahorias. Postre: Fruta	Postre: Fruta	verdura más proteína. Postre: Fruta
Jueves	Jueves	Jueves
1º Frijoles con verduras 2º Hamburguesas de salmón en salsa de gambas Postre: Fruta	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta
Viernes	Viernes	Viernes
1º Menestra con verduras. 2º Croquetas de puchero y ensalada mixta Postre: Yogurt	1º Molido de menestra con pollo. Postre: Yogurt	1º Molido de verdura o molido de verdura más proteína. Postre: Yogurt

Virgen del Valle

Menú semanal **del 19 al 22 de diciembre**

Niños de 2 años	Niños de 1 año	BEBÉS
Lunes	Lunes	Lunes
1º Macarrones con tomate 2º Hamburguesas de salmón en salsa de cebolla. Postre: Fruta	1º Puré de verduras con pasta de trigo y ternera Postre: Fruta	1º Molido de verdura más ternera. Postre: Fruta Merienda: Bizcochos o galletas variadas
Martes	Martes	Martes
1º Lentejas con verduras 2º Tortilla con pavo Postre: Fruta	1º Lentejas con verduras y pescado, en puré Postre: Fruta	1º Molido de verdura con proteína Postre: Fruta Merienda: Papilla de frutas / galletas
Miércoles	Miércoles	Miércoles
1º Arroz caldoso con gambas 2º Croquetas de coliflor Postre: Fruta	1º Molido de arroz con verduras y pollo Postre: Fruta	1º Molido de verdura o molido de verdura con pollo. Postre: Fruta

Jueves	Jueves	Jueves
FIESTA	DE	NAVIDAD

La Escuela empieza el lunes 9 de enero
¡FELICES FIESTAS!