

MENU GUARDERIA MAMA OCA II

CURSO 2020/2021

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA	<p><u>PARA TODOS:</u> - EMBLANCO(cebolla, puerro, patata, zanahoria, merluza, aceite, fideos) - CROQUETAS DE POLLO AL HORNO (contienen: gluten, leche, huevo, soja) FRUTA/PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Crema de calabaza con manzana Tortilla francesa Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - PUCHERO(zanahoria, puerro, patata, hueso añejo, pollo, arroz, fideos) ROSADA A LA PLANCHA FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Crema de calabacín con quesito Pechuga de pollo a la plancha Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - CAZUELA DE PESCADO CON PATATAS(zanahoria, cebolla, ajo, pimentón, aceite, pescado, pimiento, fideos) -SALCHICHAS DE PAVO A LA PLANCHA FRUTA/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Sandwich de jamón york y queso Tomatito picado aliñado Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - LENTEJAS CON VERDURAS(patatas, zanahorias, cebolla ,pimientos, tomate, ajo, lentejas, aceite, pimentón) - FILETITO DE LOMO A LA PLANCHA - PIEZA DE FRUTA/PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA lagrimitas de rosada con lechuguita aliñada (CONTIENE GLUTEN, PESCADO) Pieza de fruta</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - PAELLA DE ARROZ CON POLLO (tomate, pimiento, cebolla, pollo, guisantes) - ENSALADA (lechuga, tomate) - NATILLAS(lactosa)/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Tortilla de patatas (contiene huevo) Crema de verduras Pieza de fruta</p>
2ª SEMANA	<p><u>PARA TODOS</u> - CAZUELA DE FIDEOS CON ROSADA(patata, zanahoria, cebolla, pimiento, tomate, ajo, rosada, pimentón, aceite, fideos) - Tortilla de verduras (huevo) FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Pechuga de pollo a la plancha Tomatito aliñado Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - LENTEJAS (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, tomate, ajo, lentejas, arroz, colorante, pimentón, aceite) - EMPANADILLAS DE ATÚN (contiene: soja, trigo, huevo) - FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Integrals Lenguado a la plancha con lechuguita aliñada Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - CREMA CALABAZA(pollo, zanahoria, calabacín, calabaza, patata, judía verde, puerro, aceite) - ALBÓNDIGAS DE PESCADO CON PATATAS AL HORNO - FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Filetito de ternera a la plancha con puré de patatas. Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - EMBLANCO(cebolla, puerro, patata, zanahoria, merluza, aceite, fideos) - TORTILLA FRANCESA(huevo) - NATILLAS(lactosa)/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Lágrimas de bacalao rebozado con ensalada mixta Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - ARROZ CON TOMATE Y ALBÓNDIGAS (arroz, tomate frito casero, pollo, huevo, ajo, perejil) - YOGURT(lactosa)/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Empanadillas de atún con tomatito aliñado (contiene gluten y pescado) Yogurt</p>
3ª SEMANA	<p><u>PARA TODOS</u> - EMBLANCO(cebolla, puerro, patata, zanahoria, merluza, aceite, fideos) - CROQUETAS DE POLLO AL HORNO(contienen: gluten, leche, huevo, soja) - YOGURT(lactosa)/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Tortilla de espinacas (contiene huevo) Tomatito aliñado Pieza de fruta</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - VEGETAL(pollo, zanahoria, calabacín, calabaza, patata, judía verde, puerro, aceite) - TORTILLA DE PATATA (huevo y patata) -FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Crema de calabacín con quesito Pechuga de pollo a la plancha Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - CAZUELA DE ARROZ CON ROSADA(patata, zanahoria, cebolla, pimiento, tomate, ajo, pimentón, aceite, arroz) - ENSALADA (lechuga, tomate) - FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Croquetas de pollo (contiene gluten , huevo, leche y sus derivados) Ensalada mixta Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - GARBANZOS ESTOFADOS (tomate, pimiento, cebolla, calabaza, calabacín, pimentón, comino) - FILETES DE MERLUZA PLANCHA - FRUTAS/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Pavo a la plancha con crema de verduras Ensalada mixta Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - PURE DE VERDURA (zanahoria, calabacín, calabaza, patata, judía verde, puerro, aceite) - HAMBURGUESA DE POLLO Y PATATAS AL HORNO - NATILLAS(lactosa)/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA - Sandwich de jamón york y queso - Tomatito picado aliñado Yogurt</p>
4ª SEMANA	<p><u>PARA TODOS</u> - EMBLANCO(cebolla, puerro, patata, zanahoria, merluza, aceite, fideos) - REVUELTO DE JAMÓN Y PATATA (huevo) - YOGURT(lactosa)/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Pechuga de pollo a la plancha Tomatito aliñado Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - PUCHERO(zanahoria, puerro, patata, hueso añejo, pollo, arroz, fideos) - HAMBURGUESA POLLO - FRUTA/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Lenguado a la plancha con lechuguita aliñada Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - ESTOFADO DE TERNERA(ternera, zanahoria, calabacín, calabaza, patata, judía verde, puerro, aceite) - ENSALADA (lechuga, tomate) - FRUTA/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Filetito de ternera a la plancha con puré de patatas. - Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - LENTEJAS CON ARROZ (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, tomate, ajo, lentejas, arroz, colorante, pimentón, aceite) - FILETES DE LOMO A LA PLANCHA - FRUTA/ PIEZA PAN</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Lágrimas de bacalao rebozado con ensalada mixta Yogurt</p>	<p><u>PARA TODOS</u> - MACARRONES BOLONESA (tomate frito casero, pollo, pimiento, cebolla, zanahoria, apio) - NATILLAS(lactosa)/ PIEZA PAN INTEGRAL</p> <p>RECOMENDACIONES DE LA CENA Sandwich de jamón york y queso Tomatito picado aliñado Yogurt</p>