

# MONTHLY MENU

## Course 2017.2018

### Shipboy menu (4 to 14 months)



Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

0-6 months

**0 a 4 meses** El único alimento que deben recibir es leche, bien sea mediante lactancia materna o artificial.  
**4 a 5 meses** Se introducen los cereales sin gluten. Sobre los 5 meses comienza a aparecer la fruta.  
**5 a 6 meses** Cambiar leche de inicio por leche de continuación. **Nota:** Ver calendario introducción alimentos.

Elaborado por: Tec. Sup. Dietética y Nutrición

6-8 months

Puré de verduras con pollo.

Puré de verduras con ternera.

Puré de verduras con pavo.

Puré de verduras con ternera.

Puré de verduras con pollo.

Ingredientes: Patata, arroz, zanahoria, calabacín, calabaza, puerro, judías ... (no tiene por qué llevar todos los ingredientes)

9-10 months

Puré de verduras y pollo.

Puré de verduras y ternera.

Puré de verduras y pavo.

Puré verduras y conejo/cordero

Puré de verduras y pescado blanco

Ingredientes: Patata / arroz / pasta, zanahoria, calabacín, calabaza, puerro, judías, acelga, berenjenas, tomate, espinaca, ... (no tiene por qué llevar todos los ingredientes)

Yogur

Fruta

Yogur

Fruta

Yogur

+10 months

Puré de verduras y pollo/pavo

Puré de verduras y ternera

Puré de verduras y huevo

Puré verduras y conejo/cordero

Puré de verduras y pescado blanco

Ingredientes: Patata / arroz / pasta, zanahoria, calabacín, calabaza, puerro, judías, acelga, berenjenas, tomate, espinaca, coliflor, brocoli, col... Legumbres: guisante, lenteja, garbanzo ...

Yogur

Fruta

Yogur

Fruta

Yogur



**! Alérgenos**

En base al **REGLAMENTO (UE) 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor se informa que estos menús pueden contener:** gluten, crustáceos, huevo, pescado, cacahuete, soja, leche, frutos de cáscara, apio, mostaza, sulfitos, altramuces y moluscos.

En base al **R.D. 126/215, de 27 de febrero**, por el que se aprueba la norma general relativa a la información alimentaria de los alimentos que se presentan sin envasar para colectividades