

## **MONTHLY MENU**

## 2023-2024 school year

Shipboy menu (4 to 14 months)



0-6 months

6-8 months

9-10

10 months

Tuesday Wednesday **Thursday** Friday

**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

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... (En función de los alimentos que el bebé tenga introducidos).

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, calabaza, puerro, judías, acelga, berenjenas, tomate, espinaca... (En función de los alimentos que el bebé tenga introducidos).

Yogur

Fruta

Yogur

Fruta

Yogur

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, calabaca, puerro, judías, acelga, berenjenas, tomate, espinaca, coliflor, brecol, col... Legumbres: guisante, lenteja, garbanzo...

Yogur

Fruta

Yogur

Fruta

Yogur



En base al REGLAMENTO (UE) 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 Alérgenos 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