trastes
Centros de Educación Infantil
My First School

April Menu
2023.2024 school year
Captain menu (12 a 36 meses)

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
1 1º Ensalada de pasta 2º Pescado al horno con verduras G. Patatas asadas P. Fruta	**2** 1º Guisantes con jamón 2º Filete de pollo a la plancha G. Arroz blanco P. Lácteo	**3** 1º Habas con verduras 2º Hamburguesa de ternera G. Patatas y tomates asados P. Fruta	**4** 1º Crema de calabaza 2º Espirales boloñesa G. Ensalada mixta P. Lácteo	**5** 1º Revuelto de verduras 2º Guiso de pescado G. Verduras P. Fruta
8 1º Lentejas 2º Calamares a la romana G. Verduritas al horno P. Fruta	**9** 1º Brócoli gratinado 2º Espirales con atún claro y tomate G. Ensalada de zanahoria P. Lácteo	**10** 1º Ensalada vegetal con garbanzos 2º Filete de pescado G. Puré de patata P. Fruta	**11** 1º Crema de verduras 2º Pechuga de pollo a la plancha G. Arroz blanco P. Lácteo	**12** 1º Sopa de letras 2º Estofado de cerdo G. Ensalada de lechuga y tomate P. Fruta
15 1º Paella 2º Empanadillas G. Ensalada P. Fruta	**16** 1º Ensalada tropical 2º Pescado al horno G. Patatas y guisantes P. Lácteo	**17** 1º Ensalada de pasta 2º Filete de pavo a la plancha G. Verduritas salteadas P. Fruta	**18** 1º Crema de calabacín 2º Costilla de cerdo asada G. Verduritas y patatas asadas P. Lácteo	**19** 1º Judías verdes con salsa de tomate 2º Albóndigas de carne G. Arroz P. Fruta
22 1º Sopa de fideos 2º Delicias de pescado G. Patatas y zanahoria P. Fruta	**23** 1º Ensalada campera 2º Ternera a la jardinera G. Macarrones con salsa de tomate P. Lácteo	**24** 1º Crema de puerros 2º Pollo al horno G. Verduras y patatas al horno P. Fruta	**25** 1º Menestra de verduras 2º Guiso de pescado G. Ensalada de lechuga P. Lácteo	**26** 1º Ensalada de arroz 2º Tortilla de patatas G. Champiñones rehogados P. Fruta
29 1º Ensaladilla rusa 2º Filete de pescado a la plancha G. Judías verdes P. Fruta	**30** 1º Crema de zanahorias 2º Arroz con pavo G. Verduras salteadas P. Lácteo		**Ración de pan y agua con cada menú.**	**CANTIDAD RECOMENDADA** **Escolares 3-6 años 140-150 g** **Escolares 7-12 años: 180-200 g**

la central
Healthy Eating

! 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, sésamo, leche, frutos de cáscara, apio, mostaza, sulfitos, altramuces y moluscos.

En base al R.D. 126/2015, 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.

Elaborado por: Tec. Sup. Dietética y Nutrición