



GASTRONOMÍA
SantOlivo
by "La Patria"

DIETA: **TRITURADOS**



COLEGIO
VIRGEN
de la CARIDAD

EL MENÚ DIARIO, IRÁ ACOMPAÑADO DE PAN Y AGUA.
LOS MIÉRCOLES SE SERVIRÁ PAN INTEGRAL

Rocío Fernández Barredo
Col. 2462



Colegio Profesional de
Técnicos Superiores
Sanitarios

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PESCADO BLANCO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 3	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON CERDO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 4	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON POLLO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 5	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON MERLUZA YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 6	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PAVO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 7
PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON CERDO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 10	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PESCADO BLANCO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 11	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON TERNERA YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 12	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON POLLO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 13	NO LECTIVO
NO LECTIVO	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON MERLUZA YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 18	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON CERDO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 19	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON POLLO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 20	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PAVO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 21
PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PESCADO BLANCO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 24	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON PAVO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 25	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON MERLUZA YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 26	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON POLLO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 27	PURÉ DE VERDURAS VARIADAS CON CERDO YOGUR <i>Papilla de fruta</i> Día: 28

** AOVE: Aceite de Oliva Virgen Extra

** Para freir siempre se utiliza Aceite de Girasol Refinado.

** En nuestras cocinas se revisan diariamente todos los productos para confirmar que son los adecuados para cada alergia o intolerancia.

CÓDIGOS ALÉRGICOS: 1: GLUTEN / 2: CRUSTÁCEOS / 3: HUEVO / 4: PESCADO / 5: CACAHUETE / 6: SOJA / 7: LÁCTEOS / 8: FRUTOS CON CÁSCARA / 9: APIO / 10: MOSTAZA / 11: SÉSAMO / 12: SULFITOS / 13: MOLUSCOS / 14: ALTRAMUCES



¡ PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA EN FAMILIA ES BUENO PARA TODOS !



- CONTRIBUYE A DESARROLLAR LAS CAPACIDADES DE LOS NIÑOS Y NIÑAS: COORDINACIÓN, AGILIDAD Y EQUILIBRIO
- FORTALECEN SUS MÚSCULOS Y HUESOS
- MEJORAN SU AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ESCOLAR
- LES FACILITA A TENER UN PESO SALUDABLE



MODELO DE MENÚ SEMANAL

Primer plato	Segundo plato	Pan	Bebida	Postre
Pasta o arroz	Carne	1 ración	Agua	Fruta (puede complementarse con leche o postre lácteo)
Legumbre + verdura	Pescado	1 ración	Agua	
Verdura + patatas	Huevos y/o ensalada	1 ración	Agua	
Legumbre + patatas	Ensalada o verdura	1 ración	Agua	
Pasta o arroz	Pescado	1 ración	Agua	



Rocío Fernández Barredo
Col. 2462



