

MENÚ ESCUELAS INFANTILES MÓSTOLES

ENERO 2026

18 MESES A 2 AÑOS



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
						01		02	
05		06		07		08	Fruta entera Ensalada canónigos y queso fresco Macarrones integrales con tomate frito Huevos revueltos con puerros y Yogur natural sin azúcar	09	Fruta entera Ensalada de manzana y espinaca Puré de verduras Patatas guisadas con merluza Yogur natural sin azúcar
12	Fruta entera Ensalada de tomate y a. negras Arroz integral con tomate frito Huevo revuelto Yogur natural sin azúcar	13	Fruta entera Ensalada de zanahoria y naranja Puré de verduras Paella de verduras y pescado Yogur natural sin azúcar	14	Fruta entera Ensalada de escarola y aceitunas Crema de calabacín ecológico Ternera en salsa con patatas Yogur natural sin azúcar	15	Fruta entera Ensalada canónigos y queso fresco Brécol con patatas. Pollo con salsa de champiñón y cuscus Yogur natural sin azúcar	16	Fruta entera Ensalada de manzana y espinaca Potaje con verduras Sálmon rebozado Yogur natural sin azúcar
19	Fruta entera Ensalada de tomate y a. negras Espaguetis integral con pesto y parmesano Huevos cocidos con pisto Yogur natural sin azúcar	20	Fruta entera Ensalada de zanahoria y naranj Puré de verduras Lentejas estofadas con verdur y quinoa Yogur natural sin azúcar	21	Fruta entera Ensalada de escarola y aceitunas Crema de calabaza ecológica Bacalao rebozado Yogur natural sin azúcar	22	Fruta entera Ensalada canónigos y queso fresco Acelgas rehogada con patatas Filete de pollo plancha y patatas Yogur natural sin azúcar	23	Fruta entera Ensalada de manzana y espinaca Judías blancas estofada con verdura Merluza con tomate Yogur natural sin azúcar
26	Fruta entera Ensalada de tomate y a. negras Sopa de fideos integrales Tortilla de patata Yogur natural sin azúcar	27	Fruta entera Ensalada de zanahoria y naranj Crema de lombarda con manz Merluza en salsa verde Yogur natural sin azúcar	28	Fruta entera Ensalada de escarola y aceitunas Judías pintas con verduras Salmón empanado Yogur natural sin azúcar	29	Fruta entera Ensalada canónigos y queso fresco Coliflor rehogada con patat. Pollo asado con puré de manzan Yogur natural sin azúcar	30	Fruta entera Ensalada de manzana y espinaca Puré de verduras Macarrones integral con boloñesa lentejas Yogur natural sin azúcar

www.gastronomic.es

En cumplimiento del Reglamento (UE) N°1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.
Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Arroz, pasta o patata
Pescado o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta

www.cúdate y come sano! .com
MAGAZINE DE ALIMENTACIÓN Y SALUD

