

FEBRERO 2026 BASAL 1-3 AÑOS

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2					DIA 3					DIA 4					DIA 5					DIA 6				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
303,72	31,95	14,71	7,26		411,72	45,86	14,50	30,54		405,05	45,53	12,40	27,65		447,83	51,33	16,86	21,32		358,85	38,32	13,24	19,75	
Brócoli con taquitos de jamón York (6) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera					Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1) Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina					Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19) Salmón con salsa de eneldo (2, 4) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana					Crema de zanahoria ECO Filetes de pollo en salsa Patatas revolconas Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3) Merluza en salsa con verduras (puerro y cebolla) (4, 19, T2, T14) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera				
DIA 9					DIA 10					DIA 11					DIA 12					DIA 13				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
373,81	43,24	14,97	11,98		406,54	60,39	12,03	26,87		1114,26	198,66	11,61	47,14		362,56	23,16	22,12	18,29		324,95	35,21	10,94	19,33	
Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Tortilla francesa (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, patata y zanahoria (12, 19) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria) Dorado con verduras Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera					Guisantes rehogados con jamón York (6, 19) Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro) Ragout de pollo en salsa Patatas panaderas (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y huevo				
DIA 16					DIA 17					DIA 18					DIA 19					DIA 20				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
332,47	32,33	16,08	12,45		354,55	50,41	9,20	17,52		411,75	51,25	16,08	15,36		354,46	57,91	11,49	15,44		273,95	24,21	8,19	20,02	
Crema de puerros (con patata) Hamburguesa mixta en salsa (19, T6) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja					Arroz con salsa casera de tomate Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Pera					Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Mandarina					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3) Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4) Ensalada de tomate (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana					Brócoli a la bilbaína (12) Pollo asado a las finas hierbas (12) Arroz integral Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pavo					CENA: Ensalada y huevo				
DIA 23					DIA 24					DIA 25					DIA 26					DIA 27				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
374,15	31,83	22,82	22,26		412,81	63,94	12,03	26,77		411,47	47,90	16,86	16,63		467,42	56,79	17,03	21,64		369,13	34,09	12,56	26,92	
Judías verdes con salsa de tomate casera (19) Lacón al horno Patatas fritas Pan (1, T6, T10, T11) Pera					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, patata y zanahoria (12, 19) Pan integral (1, T6, T10, T11) Naranja ecológica					Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3) Revuelto de huevo con jamón York (3, 6) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana					Arroz caldoso con verduras (19) Wok de pollo con verduras (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Salmón al horno (2, 4) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y huevo					CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pollo				
Valoracion nutricional:					Calcio 33,9					Hierro 1,0					Sodio 157,4					Vit. A 224,4				
					Vit. B1 0,1					Vit. B2 0,1					Vit. C 108,9					Ác. fólico 38,2				
					Fibra 6,8					Coolest. 18,0					AGS 2,8					AGM 2,6				
					AGP 3,5																			

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.

