

CEIPSO MARIO VARGAS LLOSA

1º ciclo de Educación Infantil (PURÉS)

* LEGUMBRE DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA 

<div>2</div> <div>LUNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>MANZANA TRITURADA</div>	<div>3</div> <div>MARTES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>4</div> <div>MIÉRCOLES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>PLÁTANO CHAFADO</div>	<div>5</div> <div>JUEVES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>PERA TRITURADA</div>	<div>6</div> <div>VIERNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>COMPOTA DE MANZANA</div>
<div>9</div> <div>LUNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>PERA TRITURADA</div>	<div>10</div> <div>MARTES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>11</div> <div>MIÉRCOLES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>MANZANA TRITURADA</div>	<div>12</div> <div>JUEVES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>13</div> <div>VIERNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>PLÁTANO CHAFADO</div>
<div>16</div> <div>LUNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>PLÁTANO CHAFADO</div>	<div>17</div> <div>MARTES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>18</div> <div>MIÉRCOLES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>COMPOTA DE MANZANA</div>	<div>19</div> <div>JUEVES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>PLÁTANO CHAFADO</div>	<div>20</div> <div>VIERNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>PERA TRITURADA</div>
<div>23</div> <div>LUNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>PLÁTANO CHAFADO</div>	<div>24</div> <div>MARTES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>25</div> <div>MIÉRCOLES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y TERNERA</div> <div></div> <div>MANZANA TRITURADA</div>	<div>26</div> <div>JUEVES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</div> <div></div> <div>ZUMO DE MANDARINA</div>	<div>27</div> <div>VIERNES</div> <div>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABAZA, PUERRO Y <u>MERLUZA</u></div> <div></div> <div>PERA TRITURADA</div>





GLUTEN

CRUSTÁCEOS

HUEVO

PESCADO

CACAHUETES

SOJA

LÁCTEOS

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SÉSAMO

DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITO

MOLUSCOS

ALTRAMUCES



LAS FRUTAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN

* VALORACIÓN NUTRICIONAL DEL VASO DE LECHE ENTERA NO INCLUIDA EN LA CALIBRACIÓN DEL DÍA.

NUESTROS MENÚS ESTÁN ELABORADOS DE ACUERDO A LOS PROGRAMAS NAOS Y PERSEO

RACIONES ESTABLECIDAS SEGÚN IDR PARA NIÑOS 1-3 AÑOS. (MOREIRAS Y COL. 2018).

APORTE DE ENERGÍA DEL MENÚ ENTRE EL 30-35% DE TOTAL DE IDR RECOMENDADA DE 1.250 KCAL.

MENÚS EXENTOS DE LAS ESPECIES DE PESCADOS DE ALTO CONTENIDO DE MERCURIO SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES DE LA AESAN.