# SCHOOL MENU
# NOVIEMBRE/NOVEMBER

El Centro tiene disponible la información relativa a la presencia de alérgenos

| LUNES/MONDAY 4 | MARTES/TUESDAY 5 | MIÉRCOLES/WEDNESDAY 6 | JUEVES/THURSDAY 7 | VIERNES/FRIDAY 8 |
|---|---|---|---|---|
| **Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pescado** (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza)<br>***Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** | **Puré de lentejas con verduras y arroz** (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria)<br>***Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y huevo** (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria)<br>***Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** |
| **LUNES/MONDAY 11** | **MARTES/TUESDAY 12** | **MIÉRCOLES/WEDNESDAY 13** | **JUEVES/THURSDAY 14** | **VIERNES/FRIDAY 15** |
| **Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y huevo** (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria)<br>***Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pescado** (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado)<br>***Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** | **Puré de garbanzos con verduras** (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo)<br>***Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** |
| **LUNES/MONDAY 18** | **MARTES/ TUESDAY 19** | **MIÉRCOLES/WEDNESDAY 20** | **JUEVES/THURSDAY 21** | **VIERNES/FRIDAY 22** |
| **Puré de lentejas con verduras y arroz** (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria)<br>***Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pescado** (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza)<br>***Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y huevo** (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria)<br>***Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** |
| **LUNES/MONDAY 25** | **MARTES/TUESDAY 26** | **MIÉRCOLES/WEDNESDAY 27** | **JUEVES/THURSDAY 28** | **VIERNES/FRIDAY 29** |
| **Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** | **Puré de garbanzos con verduras** (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo)<br>***Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y huevo** (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria)<br>***Puré de verduras y pollo** (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pavo** (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate)<br>**Yogur** | **Puré de verduras y pescado** (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado)<br>***Puré de verduras y ternera** (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera)<br>**Yogur** |

* Esta opción es para aquellos niños que se encuentran en el periodo de introducción de alimentos

## CONSEJO SALUDABLE

http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/piramide_NAOS.h