



INFANTIL BLW

	DESAYUNO	MEDIA MANANA	COMIDA	MERIENDA	CENA
LUNES	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Macarrones con tomate y pavo +1cuch.aceite de oliva+Fruta	Fruta+galleta de avena	Bacalao con pisto + Fruta a elegir
MARTES	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Arroz integral con verduras y jengibre+Fruta	Fruta	Verduras al vapor +hamburguesa de pollo y espinacas .+Fruta
MIÉRCOLES	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Lenteja estofadas con verduras+Kiwi o Naranja o mandarina	Fruta	Sopa de quinoa (clarita)+Tortilla de champiñones+Fruta
JUEVES	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Pollo al vapor con judías verdes salteadas +Fruta	Fruta	Berenjena rellena de carne picada+ Fruta
VIERNES	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Cuscus con verduras y curry+Fruta	Fruta	Croquetas de calabaza y jamon york+Fruta a elegir
SÁBADO	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Garbanzos con calabacin, berenjena y cúrcuma +Mandarina	Fruta	Crema de verduras+salmón al horno+Fruta
DOMINGO	Bebida vegetal con copos de avena	Tostadas de pan(a elegir el cereal) con tomate y/o aceite de oliva	Crema de mijo y puerro+Fruta	Fruta	Pastel de verduras y merluza

Nota:	Fruta: sandía, melón o fresas	300gr.
	Fruta: pera, piña, manzana, naranja o melocotón	200gr.
	Fruta: plátano o uva, cereza, higo	100gr.

Recomendación:	Infusiones de :Ortiga verde, Diente de león, Hiperico, Cola de caballo y regaliz(opcional) o también té verde.
-----------------------	--