

El comedor escolar debe ser un marco en el que día a día se adquieran unos hábitos alimenticios saludables y se conozcan de forma práctica las normas para una óptima alimentación y nutrición durante toda la vida.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		01/11(no comedor)	02/11	03/11
		Puré de patatas, zanahorias, judías verdes, calabacín y ternera Triturado de fruta	Puré de patatas, puerro, calabacín y ternera Yogur	Puré de patatas, calabaza, zanahoria, puerro y pollo Triturado de fruta
06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
Puré de patatas, zanahoria, calabacín, tomate y ternera Yogur	Puré de patatas, puerro, calabacín y pollo Triturado de fruta	Puré de arroz, patata, cebolla calabaza, zanahoria y ternera Triturado de fruta	Puré de patata, calabacín, calabaza zanahoria y pollo Yogur	Puré de patatas, zanahoria y ternera Triturado de fruta
13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Puré de patatas, puerro, calabacín y pollo Yogur	Puré de patatas, zanahoria ,tomate y pollo Triturado de fruta	Puré de arroz, patata, zanahoria ,tomate y ternera Triturado de fruta	Puré de patatas, calabaza, zanahoria y pollo Yogur	Puré de patatas, zanahoria, judías verdes, calabaza y ternera Triturado de fruta
20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
Puré de patata, judías verdes, puerro, zanahoria y pollo Yogur	Puré de patatas, calabaza, calabacín, tomate y pollo Triturado de fruta	Puré de patatas, calabacín y ternera Triturado de fruta	Puré de patatas, puerro, calabacín y pollo Yogur	Puré de arroz, patata, judías verdes, zanahorias y ternera Triturado de fruta
27/11	28/11	29/11	30/11	
Puré de patatas, calabacín, zanahoria y pollo Yogur	Puré de patatas, calabaza, tomate y ternera Triturado de fruta	Puré de patatas, zanahoria, calabaza, tomate y pollo Yogur	Puré de patatas, calabacín ,tomate y pollo Triturado de fruta	

Recomendaciones: El pescado contiene ácidos grasos poliinsaturados omega 3, además de proteínas, minerales, cloro, sodio, potasio y sobre todo fósforo.

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética:
Dña. Beatriz Arévalo Frías. (col. AND-00347)