



| Lunes - Monday  |  | Martes - Tuesday  |  | Miércoles - Wednesday   |  | Jueves - Thursday   |  | Viernes - Friday  |  |
|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| 6   | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 7   | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,1   | 8   | Kcal:<br>492<br>Prot:<br>25,3<br>HC:<br>32,5<br>Lípidos:<br>27,9 | 9   | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,1   | 10  | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,1   |
| Puré de pavo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt             |  | Puré de ternera<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Veal cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pescado <sup>4</sup><br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Fish cream<br>Natural Yoghurt |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt |  |
| 13  | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,15  | 14  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 15  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 16  | Kcal:<br>492<br>Prot:<br>25,3<br>HC:<br>32,5<br>Lípidos:<br>27,9 | 17  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 |
| Puré de pescado <sup>4</sup><br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Fish cream<br>Natural Yoghurt |  | Puré de pavo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt             |  | Puré de ternera<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Veal cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt |  |
| 20  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 21  | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,1   | 22  | Kcal:<br>492<br>Prot:<br>25,3<br>HC:<br>32,5<br>Lípidos:<br>27,9 | 23  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 24  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 |
| Puré de pavo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pescado <sup>4</sup><br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Fish cream<br>Natural Yoghurt |  | Puré de ternera<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Veal cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt             |  | Puré de pavo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt  |  |
| 27  | Kcal:<br>492<br>Prot:<br>25,3<br>HC:<br>32,5<br>Lípidos:<br>27,9 | 28  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 | 29  | Kcal:<br>452<br>Prot:<br>20,6<br>HC:<br>44<br>Lípidos:<br>21,1   | 30  | Kcal:<br>409<br>Prot:<br>14,7<br>HC:<br>40,1<br>Lípidos:<br>19,5 |   |  |
| Puré de ternera<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Veal cream<br>Natural Yoghurt              |  | Puré de pollo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt             |  | Puré de pescado <sup>4</sup><br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Fish cream<br>Natural Yoghurt |  | Puré de pavo<br>Yogur natural <sup>2</sup><br><br>Chicken cream<br>Natural Yoghurt              |  |   |  |

## Recomendaciones para la cena:



Para conseguir una dieta variada y equilibrada las restantes tomas diarias, deberán aportar los grupos principales de alimentos que no contenga la comida.

Las cenas se realizarán, según recomendaciones del pediatra.

### Se aconseja:

\*De 5-6 meses a 12 meses, no ofrecer carne, pescado o huevo en el mismo día por el exceso de proteínas. Dar uno u otro.

\*Hasta los 11-12 meses, se recomienda que la cena esté compuesta por leche.

\*Entre los 6 y 8 meses los bebés suelen tomar 2-3 papillas diarias. A partir de los 9 meses, 3-4 papillas diarias.

Ej: Desayuno: papilla de leche con cereales. Comida: puré de proteína con verduras. Merienda: papilla de frutas. Cena: leche con cereales.

*Información sobre alérgenos: A partir del 13 de Dic. 2014, entra en vigor el Reglamento (UE) 1169/2011. La empresa Alyes Restauración Social S.L facilita la información sobre alérgenos, recogida mensualmente en el menú, mediante un nº al final de cada plato correspondiente a cada uno de los posibles alérgenos que contiene.*

- |   |  |
|---|--|
| 1. Cereales que contengan gluten y derivados    | 11. Granos de sésamos y productos a base de granos de sésamo |
| 2. Leche y derivados                            | 12. Apio y productos derivados                               |
| 3. Huevo y productos a base de huevo            | 13. Mostaza y productos derivados                            |
| 4. Pescado y productos a base de pescado        | 14. Sulfitos/Dióxido de azufre                               |
| 5. Crustáceos y productos a base de crustáceos  |  |
| 6. Moluscos y productos a base de moluscos      |  |
| 7. Frutos de cáscara y derivados                |  |
| 8. Cacahuets y productos a base de cacahuets    |  |
| 9. Soja y productos a base de soja              |  |
| 10. Altramuces y productos a base de altramuces |  |



## ESCUELA INFANTIL "SAN JORGE"



## Menú escolar

**ALYES**   
RESTAURACIÓN SOCIAL, S.L.



C/ Sierra de Gata nº 18 - 28830 San Fernando de Henares (Madrid)

Tel.: 91 300 11 60 - 696 93 49 70 - Fax: 91 300 59 72

e-mail: [alyes@alyes.es](mailto:alyes@alyes.es)