

MENU DICIEMBRE SEMANA 1

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Comida mayores	Puré de verduras Tortilla de calabacín Plátano	Garbanzos con espinacas Pavo empanado con lechuga Mandarina	Espaguetis a la marinera Hamburguesa de salmón con lechuga Kiwi	Guisantes con champiñones Lomo en salsa de tomate Pera	Menestra de verduras Gallitos rebozados Naranja
Comida bebés	Puré de verduras con huevo Plátano	Puré de garbanzos con espinacas y pavo Mandarina	Puré de patatas con salmón Kiwi	Crema de guisantes con pollo Pera	Crema de verduras con gallo Naranja
Merienda	Yogur con nueces y arándanos	Queso fresco batido con puré de frutos rojos	Sándwich de jamón y queso y manzana	Batido de leche con fresas y nueces	Pan integral con aguacate y tomate

MENU DICIEMBRE SEMANA 2

	Lunes 8	Martes 09	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Comida mayores		Brócoli con champiñones y patata Ternera a la jardinera Mandarina	Alubias blancas con verduras Huevos con salsa de tomate Manzana	Cardo con salsa de almendras Calamares en salsa americana Plátano	Arroz integral con salsa de tomate Albóndigas de salmón Kiwi
Comida bebés	DIA DE LA CONSTITUCIÓN	Crema de brócoli, patata y ternera Mandarina	Puré de alubias con verduras y huevo cocido Manzana	Puré de verduras con merluza Plátano	Puré de verduras con arroz y salmón Kiwi
Merienda		Pan integral con crema de frutos secos Pera	Batido de yogur con frutos rojos	Sándwich de pavo y queso con manzana	Yogur con copos de avena y fresas

MENU DICIEMBRE SEMANA 3

	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Comida mayores	Patatas guisadas con verduras Tortilla de trigueros con ensalada Pera	Alubias con verduras Colitas de rape al horno con setas Naranja	Pisto de verduras con jamón Lomo con salsa de tomate Kiwi	Cocido de garbanzos con fideos Hamburguesa de merluza con ensalada Fresas	Coliflor con bechamel Pollo asado con ensalada Plátano
Comida baby	Puré de patatas con huevo y trigueros Pera	Crema de alubias con verduras Naranja	Puré de verduras con lomo Kiwi	Puré de verduras con garbanzos y fideos Fresas	Crema de coliflor con pollo Plátano
Merienda	Macedonia de frutas con mozzarella y crema de cacahuete	Batido de yogur con frutos rojos	Tostada integral de jamón con tomate	Yogur natural con copos de avena y plátano	Yogur con manzana asada y frutos secos picados

MENU DICIEMBRE SEMANA 4

	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Comida mayores	Crema de verduras con patata Salchichas frescas encebolladas Mandarina	Lentejas con verduras Hamburguesa de merluza con ensalada Kiwi			
Comida baby	Crema de verduras con patata y pollo Mandarina	Crema de lentejas con verduras Kiwi			
Merienda	Sándwich de atún con lechuga	Queso fresco con frutos rojos y crema de cacahuete			

coamia lfaro

MENU DICIEMBRE SEMANA 5

	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31		
Comida mayores	Espaguetis con tomate y albahaca Tortilla de atún Manzana	Calabaza asada con virutas de jamón Albóndigas de merluza en salsa verde Batido de fresa			
Comida baby	Crema de verduras con huevo Manzana	Crema de calabaza con merluza Batido de fresa			
Merienda	Batido de yogur con plátano y avena	Tostada con humus y tomate			

coamia lfaro