MENÚ DICIEMBRE 2024 NURSERY 1

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	3 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	4 Puré de verdura con ternera Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	5 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	6 DÍA FESTIVO
9 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil.	10 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil. Yogur.	11 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil.	12 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil. Yogur.	13 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil. Yogur.
Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
16 Puré de verdura con ternera/ Menú infantil.	17 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil.	18 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil.	19 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil.	20 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil.
Yogur.	Yogur.	Yogur.	Yogur.	Yogur.
Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
23 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil.	24	25	26 Puré de verdura con pollo/ Menú infantil.	27 Puré de verdura con pescado/ Menú infantil.
Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	DÍA NO LECTIVO	DÍA FESTIVO	Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.
30 Puré de verdura con huevo/ Menú infantil.	31			
Yogur. Merienda: Papilla de fruta o merienda infantil.	DÍA NO LECTIVO			



MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:

INTOLERANCIA AL GLUTEN:

Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO:

Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE DE VACA:

Alimentos libres de PLV.

ALERGIA AL HUEVO:

Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.

ALERGIA A FRUTOS SECOS:

Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

ALERGIA A SOJA:

Elaboración de los alimentos sin soja.

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

Aceite de oliva para todos los guisos y ensaladas.

Aceite de girasol para freidoras.

MENÚ DICIEMBRE 2024 NURSERY 2-INFANTIL (3-5 Años)

HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TRES CANTOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	H U M \triangle N I T A S
Arroz con tomate. Merluza a la romana con puré de patata. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y tortilla. Fruta.	Judías verdes con huevo cocido. Albóndigas en salsa con zanahoria baby. Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada y pescado. Fruta.	4 Crema de verduras. Pollo asado con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pescado. Fruta.	Coditos con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y tortilla. Lácteo.	6 DÍA FESTIVO	MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER- GIA/INTOLERANCIA:
9 Arroz caldoso. Surfers de merluza con ensalada.	10 Lentejas guisadas con verduras. Tortilla francesa con ensalada de tomate y maíz.	11 Hélices con salsa de tomate. Merluza al horno con patata pana- dera.	12 Crema de calabacín. Magro en salsa con arroz.	13 Caldo de verduras con fideos. Albóndigas a la jardinera.	INTOLERANCIA AL GLUTEN: Pasta sin gluten. Carnes y pescados ela- borados a sus condiciones de alergia.
Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pollo. Lácteo.	Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Ensalada mixta y pescado. Fruta.	Yogur. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y empanada. Fruta.	Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sándwich vegetal y pescado. Fruta.	Fruta fresca. Merienda: Leche con galletas. Cena: Verdura y tortilla. Fruta.	ALERGIA AL PESCADO Y /O MA- RISCO: Sustitución por pollo, cerdo o ternera. ALERGIA A LA PROTEÍNA LECHE DE VACA:
16 Judías verdes con patata. San Jacobo con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y pescado. Fruta.	Macarrones rehogados con calabacín. Merluza en salsa de nata y champiñones. Macedonia de frutas. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y pollo. Fruta.	Judías pintas guisadas con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Verdura y empanada. Fruta.	19 Crema de verduras. Ragout de pollo a la jardinera. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y pescado. Fruta.	ESPECIAL NAVIDAD	Alimentos libres de PLV. ALERGIA AL HUEVO: Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo. ALERGIA A FRUTOS SECOS: Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco.
23 Arroz con tomate. Ragout de pollo con patatas fritas. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y empanada. Fruta.	DÍA NO LECTIVO	25 DÍA FESTIVO	26 Crema de verduras. Merluza a la romana con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y pollo. Yogur.	27 Lentejas con verduras. Tortilla francesa con patatas fritas. Yogur. Merienda: Leche con galletas. Cena: Verdura y pescado. Fruta.	ALERGIA A SOJA: Elaboración de los alimentos sin soja. El menú diario va acompañado de agua y pan. Las frutas son frescas y de temporada. Aceite de oliva para todos los guisos y
30 Arroz con tomate. Empanadillas de atún con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Fruta y leche. Cena: Sopa y tortilla. Fruta.	DÍA NO LECTIVO				ensaladas. Aceite de girasol para freidoras.