



Ayuntamiento
de Orcera



INFORMES SOBRE ALIMENTACIÓN INFANTIL DE LA ESCUELA INFANTIL
"LOS PINOS" 0-3 AÑOS.

Don ABDALAH BECAT....., como Médico
Pediatra de Atención Primaria con ejercicio profesional en Orcera, Jaén.

HE REVISADO, los menús de la Escuela Infantil " Los Pinos", y he entregado una guía de alimentación desde los 0 a 12 meses para efectos de un control nutricional adecuado a las edades de las niñas y niños asistentes a este Centro. Dando el visto bueno al menú equilibrado y para que así conste, firmo el presente documento y sello el menú revisado.

Orcera, a 1 de Octubre de 2018

Fdo.....

ABDALAH MOHAMED BELAI
C.N.P.: 0070213484/84



MENÚ COMEDOR OTOÑO-INVIERNO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 S E M A N A	Ensalada mixta Arroz con pescado Fruta del tiempo Pan blanco	Lentejas con calabacín y chorizo Pastel de york y queso Lácteo casero Pan integral	Sopa de pollo Albóndigas de merluza con dados de patatas Fruta del tiempo Pan blanco	Macarrones con atún y queso Pechuga de pollo plancha con dados de zanahoria Fruta del tiempo Pan blanco	Ensalada mixta Potaje de alubias Yogur Pan integral
2 S E M A N A	Arroz con verduras Jamoncitos de pollo Fruta del tiempo Pan blanco	Guisado de pollo Tortilla francesa Lácteo casero Pan integral	Espaguetis con chorizo Atún con tomate Fruta del tiempo Pan blanco	Cocido de garbanzos Quiché de verduras Fruta del tiempo Pan blanco	Crema de calabacín Rosada rebozada con patatas Yogur Pan integral
3 S E M A N A	Potaje de alubias pintas Merluza en salsa verde Fruta del tiempo Pan blanco	Caracolas con tomate Albóndigas mixtas con calabacín Lácteo casero Pan integral	Lentejas estofadas Pudín de atún Fruta del tiempo Pan blanco	Judías verdes con jamón Brochetas de pavo con patatas Fruta del tiempo Pan blanco	Paella de pollo Huevos rellenos Yogur Pan integral
4 S E M A N A	Garbanzos con espinacas Ternera con patatas al pimentón Fruta del tiempo Pan blanco	Arroz a la cubana Calamares enharinados con calabacín Lácteo casero Pan integral	Lasaña de verduras Alitas de pollo con patatas Fruta del tiempo Pan blanco	Ensalada mixta Fabada Fruta del tiempo Pan blanco	Puré de verduras Pescado al horno con guarnición Yogur Pan integral

ABDALAHE MOHAMMED BELAL
CNP: 0010212487184



MENÚ COMEDOR PRIMAVERA-VERANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 S E M A N A	Ensalada de pasta Pechuga de pollo con pimientos asados Yogur Pan blanco	Ensalada mixta Cocido Fruta del tiempo Pan integral	Crema de calabacín Chuletas de cordero con dados de patatas Fruta del tiempo Pan blanco	Arroz con tomate Bacalao en salsa Lácteo casero Pan blanco	Potaje de alubias pintas Pastel de york y queso Fruta del tiempo Pan integral
2 S E M A N A	Caracolas con tomate Jamoncitos guisados con dados de zanahoria Yogur Pan blanco	Puré de verduras Merluza en salsa con cubitos de patatas Fruta del tiempo Pan integral	Arroz con verduras Ternera estofada Fruta del tiempo Pan blanco	Garbanzos con espinacas Lomo plancha con patatas Lácteo casero Pan blanco	Patatas guisadas Calamares enharinados con champiñones Fruta del tiempo Pan integral
3 S E M A N A	Crema vichyssoise Lomo adobado con brócoli Yogur Pan blanco	Lentejas estofadas Tortilla de queso Fruta del tiempo Pan integral	Macarrones carbonara Atún plancha con guarnición Fruta del tiempo Pan blanco	Judías verdes con jamón Albóndigas mixtas con patatas Lácteo casero Pan blanco	Ensalada mixta Paella de pollo Fruta del tiempo Pan integral
4 S E M A N A	Potaje de alubias blancas Tortilla de patatas Yogur Pan blanco	Lasaña casera de pescado Pavo con verduras Fruta del tiempo Pan integral	Crema de calabacín Albóndigas de merluza con dados de zanahoria Fruta del tiempo Pan blanco	Lentejas con calabacín y chorizo Rosada rebozada Lácteo casero Pan blanco	Arroz de pescado y marisco Quiché de verduras Fruta del tiempo Pan integral

*TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE ENSALADA

*TODOS LOS MARTES Y VIERNES SE ACOMPAÑA EL MENÚ CON PAN INTEGRAL

*FRUTA DE TEMPORADA: naranja, kiwi, plátano, melocotón, pera, manzana, sandía, melón, ciruela etc


 ABDALAI HENRI GONZALEZ BELLA
 CNP: 0010123456789



TRITURADOS

LUNES:

PATATA, CEBOLLA, ZANAHORIA, PUERRO, TOMATE Y CARNE DE TERNERA.

MARTES:

PATATA, CEBOLLA, ZANAHORIA, PUERRO, TOMATE Y MERLUZA O CORDERO.

MIÉRCOLES:

PATATA, CEBOLLA, ZANAHORIA, PUERRO, TOMATE Y CALABACÍN.

JUEVES:

PATATA, CEBOLLA, ZANAHORIA, PUERRO, TOMATE Y LENGUADO O POLLO.

VIERNES:

PATATA, CEBOLLA, ZANAHORIA, PUERRO, TOMATE Y RAPE.

Nota: En los menús de los Martes y Jueves, se ofrecen dos opciones: merluza o cordero y lenguado o pollo. Al tratarse de pescado fresco, será según haya o no servicio de pescadería en el Mercado Municipal de Abastos.

ABDALAHE MOHAMED BELAI
CNP: 0010213484184