










































	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>DESAYUNO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 yogures sin azúcar con cereales de desayuno (30 g) triturado</li> <li>• Puré de pera (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con leche semidesnatada</li> <li>• 5 galletas María trituradas</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de yogur, 1 plátano (150 g) y avena (30 g) triturado</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de leche semidesnatada con cereales de desayuno triturados (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur sin azúcar con 5 galletas María trituradas</li> <li>• Puré de manzana (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 vaso de leche semidesnatada</li> <li>• 5 galletas de desayuno (30 g) trituradas</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de leche semidesnatada, kiwi (150 g) y cereales de desayuno (30 g) triturados</li> </ul> 
<b>MEDIA MAÑANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con leche semidesnatada</li> <li>• Triturado de 1 rebanada de pan integral (20 g) con 2 lonchas de jamón york (25 g) y agu</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de plátano</li> <li>• Triturado de 1 rebanada de pan (20 g) con queso fresco (35 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con leche semidesnatada</li> <li>• 1 pan de leche (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de manzana (150 g)</li> <li>• Triturado de 1 rebanada de pan integral (20 g) con 2 lonchas de jamón York (25 g) y agua</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con leche semidesnatada</li> <li>• Papilla de cereales (50 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de pera</li> <li>• Triturado de 1 rebanada de pan integral (20 g) con 2 lonchas de jamón serrano (25 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con leche semidesnatada</li> <li>• Pan de leche (30 g)</li> </ul> 
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de verduras (200 g), patata (150 g) y pollo (100 g)</li> <li>• 1 manzana triturada</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de garbanzos (80 g), pimientos y cebolla (200 g)</li> <li>• Puré de lomo de cerdo (100 g)</li> <li>• Puré de pera (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de macarrones (80 g) con tomate, cebolla, calabacín (200 g)</li> <li>• Puré de pechuga de pollo (100 g)</li> <li>• Puré de Macedonia (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de lentejas (80 g) con verduras (150 g)</li> <li>• Puré de filete de ternera (100 g)</li> <li>• Compota de manzana (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de arroz (80 g) con verduras (200 g) y 1 huevo</li> <li>• 2 yogures sin azúcar</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de pasta (80 g) con verduras (200 g)</li> <li>• Puré de pechuga de pollo (100 g)</li> <li>• Compota de kiwi (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de verduras (200 g)</li> <li>• Puré de lomo de cerdo (100 g) con patata (150 g)</li> <li>• 1 natillas</li> </ul> 
<b>MERIENDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur sin azúcar</li> <li>• 5 galletas María trituradas</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur sin azúcar con cereales triturados (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur con cereales de desayuno triturados (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur</li> <li>• 5 galletas María trituradas</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturado de frutas con avena (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur sin azúcar con cereales de desayuno triturados (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturado de 1 yogur sin azúcar con 5 galletas María trituradas</li> </ul> 
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de patata (150 g)</li> <li>• Puré de merluza (125 g)</li> <li>• Compota de manzana (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de calabaza (200 g)</li> <li>• Puré de bacalao (125 g) con arroz (80 g)</li> <li>• Leche semidesnatada</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de verduras (200 g) y patata (150 g)</li> <li>• Puré de gallo (125 g) con judías verdes (200 g)</li> <li>• Puré de manzana (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de guisantes (200 g) y arroz (80 g)</li> <li>• Tortilla francesa de 1 huevo</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de brócoli y patata (80 g)</li> <li>• Puré de merluza (125 g) y arroz (40 g)</li> <li>• Compota de manzana, kiwi y pera (150 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de calabacín (200 g) y patata (80 g)</li> <li>• Puré de bacalao (125 g) con arroz (40 g)</li> <li>• Café con leche semidesnatada</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de patata (150 g) y zanahoria (200 g)</li> <li>• Tortilla francesa de 1 huevo</li> <li>• Puré de manzana (150 g)</li> </ul> 
<b>RESOPÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de 1 plátano (150 g) con avena (30 g) triturado</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de yogur, cereales de desayuno (30 g) y kiwi (80 g) triturado</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de kiwi (80 g) y 5 galletas María, con medio vaso de leche semidesnatada triturado</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 yogures sin azúcar con avena triturada (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de plátano (150 g) y cereales de desayuno (30 g) triturados con ½ vaso de leche semidesnatada</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de yogur sin azúcar, 1 plátano y avena (30 g) triturado</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de plátano (150 g), zumo de naranja (100 ml) y avena (30 g) triturado</li> </ul> 