



Menús para bebés

Semana 1

L	FESTIVO
M	Puré de verduras y Pescado
X	Puré de verduras y Ternera
J	Puré de verduras y Pavo
V	Puré de verduras y Pescado

Semana 2

L	Puré de verduras con Legumbre
M	Puré de verduras y Pescado
X	Puré de verduras y Ternera
J	Puré de verduras y Pavo
V	Puré de verduras y Pescado

Semana 3

L	FESTIVO
M	Puré de verduras y Pescado
X	Puré de verduras y Ternera
J	Puré de verduras y Pavo
V	Puré de verduras y Pescado

Semana 4

L	Puré de verduras con Legumbre
M	Puré de verduras y Pescado
X	Puré de verduras y Ternera
J	Puré de verduras y Pavo
V	Puré de verduras y Pescado

Semana 5

L	Puré de verduras con Legumbre
M	Puré de verduras y Pescado
X	Puré de verduras y Pescado
J	Puré de verduras y Pescado
V	Puré de verduras y Pescado

Lunes

DÍA 2

FESTIVO

DÍA 9

CREMA DE LEGUMBRES  
PECHUGA DE PAVO ASADA CON  
ZANAHORIAS BABY

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	29	11	59

DÍA 16

FESTIVO

DÍA 23

PAELLA MIXTA CIEGA  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON  
RODAJAS DE TOMATE

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
551	23	23	64

DÍA 30

FIDEUA DE PAVO CON VERDURAS  
CORDON BLEU CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	25	11	87

Martes

DÍA 3

CREMA DE JUDIAS VERDES CON  
ZANAHORIAS  
SALCHICHAS DE POLLO A LA PLANCHA  
CON PURÉ DE PATATA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
485	19	22	52

DÍA 10

CREMA DE CALABAZA  
MERLUZA A LA MARINERA CON  
PATATAS COCIDAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
618	21	13	78

DÍA 17

CREMA DE PUERROS  
MAGRO DE CERDO EN SALSA CON  
PATATAS DADO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
649	18	34	68

DÍA 24

CREMA DE CALABACÍN  
CINTA DE LOMO AL HORNO CON  
PATATAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
570	15	28	65

DÍA 31

MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN  
SERRANO  
FIGURITAS DE PESCADO CON ARROZ

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
631	27	23	79

Miércoles

DÍA 4

LENTEJAS ESTOFADAS CON  
VERDURAS  
EMPANADILLAS DE ATÚN CON  
ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
556	23	23	66

DÍA 11

ESPIRALES CON ATÚN Y TOMATE  
TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA CON  
VERDURAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
658	33	19	86

DÍA 18

ARROZ CON TOMATE  
ROTTI DE PAVO ASADO CON  
VERDURAS AL HORNO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
605	28	30	48

DÍA 25

LENTEJAS ESTOFADAS CON  
VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
717	33	34	71

Jueves

DÍA 5

CREMA DE ESPINACAS  
CONTRAMUSLOS DE POLLO EN  
PEPITORIA CON ARROZ BLANCO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
467	20	9	77

DÍA 12

ARROZ A LA MILANESA  
TORTILLA ESPAÑOLA CON RODAJAS  
DE TOMATE

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
492	14	21	61

DÍA 19

PATATAS A LA RIOJANA  
CROQUETAS DE JAMÓN CON  
ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
564	14	24	72

DÍA 26

SOPA DE VERDURAS  
CONTRAMUSLOS DE POLLO AL CURRY  
CON ARROZ

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
545	24	17	75

Viernes

DÍA 6

LACITOS A LA CREMA CON JAMON  
MERO ENTOMATADO CON PATATAS  
PANADERAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
533	20	14	80

DÍA 13

SOPA DE FIDEOS  
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS  
DADO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
618	21	13	78

DÍA 20

JUDÍAS BLANCAS GUISADAS  
MERO EN SALSA VERDE CON PATATAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
623	24	23	80

DÍA 27

TALLARINES AL AJILLO CON J.YORK  
PALITOS DE MERLUZA CON  
ZANAHORIAS BABY

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
636	24	17	96

Alimentos consumidos en la comida

Arroz, pasta, patata o legumbres  
Verduras  
Carnes  
Pescados  
Huevo  
Fruta  
Lácteo

Sugerencias para la cena

Verduras u hortalizas crudas o cocinadas  
Arroz, pasta o patata  
Pescado o huevo  
Carne o huevo  
Pescado o carne  
Lácteo o fruta  
Fruta