



Menús para bebés

Semana 1

L	
M	
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	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 4

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 5

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

Lunes

DÍA 6
ARROZ CON TOMATE
TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	16	18	81

DÍA 13
MACARRONES CON TOMATE
ROTTI DE PAVO ASADO CON VERDURAS AL HORNO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	16	18	81

DÍA 20
FESTIVO

DÍA 27
ARROZ CON TOMATE
LOMO DE SAJONIA A LA PLANCHA CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
521	15	24	60

Martes

DÍA 7
CREMA DE ZANAHORIAS
LOMO ASADO EN SALSA DE MANZANA CON PATATAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
598	20	35	89

DÍA 14
CREMA DE CALABACÍN
ALBONDIGAS DE BACALAO CON TOMATE Y PATATAS COCIDAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
608	23	13	97

DÍA 21
COLIFLOR A LA NAPOLITANA CON JAMÓN SERRANO
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PATATAS DADO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
591	30	26	60

DÍA 28
MENESTRA DE VERDURAS
SALCHICHAS DE POLLO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA

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

Miércoles

DÍA 1
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
683	17	24	101

DÍA 8
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE PESCADO CON RODAJAS DE TOMATE

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
574	29	23	64

DÍA 15
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
603	22	16	94

DÍA 22
PAELLA CAMPERA
HUEVOS REVUELTOS CON PAVO Y R. DE TOMATE

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
470	17	26	62

DÍA 29
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA

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

Jueves

DÍA 2
REVUELTO DE PAVO
SALCHICHAS FRESCAS CON TOMATE Y PATATAS DADO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
708	21	42	61

DÍA 9
SALTEADO DE JUDÍAS VERDES CON BACON
POLLO AL HORNO CON PATATAS FRITAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
635	27	28	70

DÍA 16
BRÓCOLI SALTEADO CON JAMÓN SERRANO
SAN JACOBO CON PATATAS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
696	20	41	63

DÍA 23
CREMA DE VERDURAS
LACÓN A LA GALLEGA CON CACHELOS

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
456	16	15	65

DÍA 30
CREMA DE ESPINACAS
CONTRAMUSLOS DE POLLO EN PEPITORIA CON ARROZ BLANCO

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

Viernes

DÍA 3
JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS
NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
685	31	26	81

DÍA 10
FIDEUA DE PAVO CON VERDURAS
LOMOS DE MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
604	34	24	103

DÍA 17
PAELLA DE VERDURAS
CROQUETAS DE MERLUZA CON ENSALADA DE TOMATE Y MAÍZ

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
722	25	27	94

DÍA 24
JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS
BOCADITOS DE BACALAO REBOZADO CON ENSALADA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
521	23	18	66

DÍA 31
LACITOS SALTEADOS CON J.YORK
MERO ENTOMATADO CON PATATAS PANADERAS

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

Si desea consultar los ingredientes de cada plato rogamos nos escriba a: info@colesa.es
Avenida Valdelaparra 49, 28108 - Alcobendas (Madrid) T. 91 662 93 08 www.colesa.es;
Nº DE REGISTRO SANITARIO 26.10953/M - PICK NICK CATERING, S.L. - CIF B85630317

S.I.C. Menús calibrados por el Servicio de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad (SIC) B82196874. Recomendación es nutricionales para niños de entre 0 y 3 años. Todos los días incluyen una ración de pan de trigo blanco de 30 gramos.

Cenas

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