

MENU OCTUBRE SEMANA 1

			Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
Comida mayores y Baby	<p>Calabacín al horno gratinado</p> <p>Solomillo de cerdo marinado</p> <p>Manzana</p>	<p>Alubias con verduras y gambas</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Sandía</p>	<p>Puré de zanahoria y calabaza</p> <p>Hamburguesa de merluza</p> <p>Plátano</p>	<p>Guisantes con jamón y patata</p> <p>Pollo asado con ensalada</p> <p>Pera</p>	<p>Macarrones con verduras y salsa de tomate</p> <p>Salmón en papillote</p> <p>Kiwi</p>
Comida bebés	<p>Crema de calabacín con quesitos y pollo</p> <p>Manzana</p>	<p>Crema de alubias con verduras</p> <p>Sandía</p>	<p>Puré de zanahoria y calabaza con merluza</p> <p>Plátano</p>	<p>Crema de guisantes con pollo</p> <p>Pera</p>	<p>Puré de verduras con patata y salmón</p> <p>Kiwi</p>
Merienda	<p>Batido de yogur con fresas y avena</p>	<p>Sándwich de atún con lechuga</p>	<p>Bocadillo de jamón y queso</p>	<p>Yogur con nueces y arándanos</p>	<p>Batido de yogur con plátano y frutos secos</p>

MENU OCTUBRE SEMANA 2

	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Comida mayores y Baby	<p>Sopa de verduras</p> <p>Pollo en salsa de champiñones</p> <p>Pera</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p>Lenguado al horno con salsa de tomate</p> <p>Kiwi</p>	<p>Judías verdes con patata</p> <p>Solomillo de cerdo marinado con pimientos</p> <p>Manzana</p>	<p>Arroz tres delicias</p> <p>Gallo a la andaluza</p> <p>Melón</p>	<p>Garbanzos con fritada</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Kiwi</p>
Comida bebés	<p>Crema de verduras con pollo</p> <p>Pera</p>	<p>Crema de lentejas con verduras</p> <p>Kiwi</p>	<p>Puré de verduras con pavo</p> <p>Manzana</p>	<p>Puré de patata con merluza</p> <p>Melón</p>	<p>Crema de garbanzos con huevo</p> <p>Kiwi</p>
Merienda	<p>Bocadillo de atún con lechuga</p>	<p>Batido de yogur con frutos rojos</p>	<p>Yogur natural con copos de avena y plátano</p>	<p>Pan integral con crema de frutos secos y plátano</p>	<p>Sándwich de pavo y queso</p>

MENU OCTUBRE SEMANA 3

	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Comida mayores y Baby	<p>Coliflor rebozada con salsa de tomate</p> <p>Filetes de pavo a las finas hierbas</p> <p>Macedonia casera</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Hamburguesas de salmón</p> <p>Manzana</p>	<p>Alubias blancas con verduras</p> <p>Huevos revueltos con setas y gambas</p> <p>Kiwi</p>	<p>Puré de verduras</p> <p>Albóndigas de ternera con pimientos asados</p> <p>Melón</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p>Filete de lenguado a la romana</p> <p>Pera</p>
Comida bebés	<p>Crema de coliflor con pavo</p> <p>Macedonia casera</p>	<p>Puré de patatas con salmón</p> <p>Manzana</p>	<p>Puré de alubias con verduras y gambas</p> <p>Kiwi</p>	<p>Puré de verduras con ternera</p> <p>Melón</p>	<p>Puré de lentejas con verduras y lenguado</p> <p>Pera</p>
Merienda	<p>Tostada integral con humus y aguacate</p>	<p>Yogur natural con compota de frutas y frutos secos picados</p>	<p>Batido de yogur con frutos rojos</p>	<p>Tostada integral de jamón con tomate</p>	<p>Yogur con copos de avena y fresas</p>

MENU OCTUBRE SEMANA 4

	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Comida mayores y Baby	<p>Menestra de verduras con virutas de jamón</p> <p>Tortilla de patata con ensalada</p> <p>Manzana</p>	<p>Crema de guisantes</p> <p>Pollo a la plancha con champiñones</p> <p>Pera</p>	<p>Macarrones a la boloñesa</p> <p>Calamares encebollados</p> <p>Mandarina</p>	<p>Garbanzos con champiñones</p> <p>Anchoas rebozadas</p> <p>Kiwi</p>	<p>Brócoli con bechamel gratinado</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Plátano</p>
Comida bebés	<p>Puré de verduras con huevo y patata</p> <p>Manzana</p>	<p>Crema de guisantes con pollo</p> <p>Pera</p>	<p>Puré de verduras con ternera</p> <p>Mandarina</p>	<p>Puré de garbanzos con champiñones</p> <p>Kiwi</p>	<p>Puré de brócoli con merluza</p> <p>Plátano</p>
Merienda	<p>Plátano con crema de cacahuete y canela</p>	<p>Sándwich de aguacate y tomate</p>	<p>Tostada de pan integral con queso y tomate</p>	<p>Batido de leche con frutos rojos y nueces</p>	<p>Tostada con humus y tomate</p>

MENU OCTUBRE SEMANA 5

	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31
Comida mayores y Baby	Alcachofas rebozadas con salsa de tomate Hamburguesa de pollo con ensalada Mandarina	Arroz integral con salsa de tomate Colitas de rape al horno con setas Pera	Cocido de garbanzos y fideos Tortilla de calabacín Manzana	Berenjena al horno gratinada Albóndigas de salmón Kiwi	Crema de calabaza con quesitos Ternera a la jardinera Pera
Comida bebés	Crema de alcachofas con pollo Mandarina	Puré de verduras con arroz y rape Pera	Puré de cocido con huevo Manzana	Crema de berenjena asada con salmón Kiwi	Crema de calabaza con ternera Pera
Merienda	Sándwich de atún con lechuga	Macedonia de frutas con mozzarella	Pan integral con pavo y lechuga	Batido de yogur con plátano y avena	Sándwich de crema de avellanas y cacao casera