MENÚ INFANTIL ABRIL 2025



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE



LÁCTEO

CEREAL

OTROS



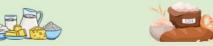
Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón





Pan blanco Pan Integral Cereales sin azúcar Galletas integrales



FRUTA

Fruta fresca Entera Tomate



Aceite de Oliva (2 veces/semana) Compota de frutas naturales y/o Miel (2 veces/semana) Frutos secos

SUGERENCIAS DE CENA

SICOMES





Cereales (arroz/pasta)



Verduras cocinadas Hortalizas crudas

PUEDES CENAR









Carne (pollo, tenera, cerdo)



Pescado o huevo



Lácteo o Fruta

Fruta

















Fruta

Leche

Huevo



MÁS VERDE

Implica a tus hijos en la preparación de las comidas. Esto les ayudará a familiarizarse con los ingredientes, entender el valor de los alimentos y aprender sobre nutrición.

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020. Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro



Cocina con ellos

A los niños les encanta jugar y manosear nuevas texturas así que este momento es

ideal para promover

hábitos saludables.