

**TRITURADO +6 MESES**  
**ESTÁNDAR carne,**  
**pescado,cereales sin**  
**gluten y verduras**



**ENERO 2026**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			<b>1</b>	<b>2</b>
			crema de patatas, pavo, calabacines y judías verdes Plátano y naranja triturados	Crema de patata con zanahorias, puerros y merluza Manzana y pera triturada
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
Crema de calabaza con patatas y rosada Plátano y naranja triturados	Crema verduras de puchero (puerro, zanahorias, patata) y pollo Manzana y pera triturada	Crema de zanahorias, calabacín con patatas y merluza Manzana y pera triturada	Crema de calabacín, arroz y ternera Manzana y pera triturada	Crema de verduras con arroz y pescadilla Plátano y pera triturada
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
Crema de judías verdes, patatas, pollo y calabaza Manzana y pera triturados	Puré de patatas, calabacín, merluza y judías verdes Plátano y naranja triturados	Crema verduras de puchero (puerro, zanahorias, patata) con pollo Manzana y pera triturada	Crema de zanahorias y calabacín con pavo Plátano y pera triturados	Crema de ternera, arroz, calabacines, puerros y calabaza Manzana y pera triturada
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
Crema de calabacín con arroz y ternera Plátano y naranja triturados	Crema de calabaza con patatas y merluza Manzana y peras triturados	Crema de puerros, judías verdes y zanahorias con patata y ternera Plátano y naranjas triturados	Crema de zanahorias con pollo y patata Pera, manzana y plátano triturados	Crema de verduras, calabacines, puerros y calabaza con pollo y arroz Manzana y pera triturada
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
Crema de puerros y zanahorias con pollo Plátano y naranja triturados	Crema de calabacín, puerros con arroz pescado blanco Manzana y plátanos triturados	Crema de zanahorias con patata y pollo Manzana y pera triturados	crema de patatas, merluza, calabacines y judías verdes Plátano y naranja triturados	Crema de zanahorias con pollo y arroz Plátano y manzana triturados

Menú para la primera fase de la alimentación complementaria, incluye arroz, patata, cereales sin gluten , verduras suaves (puerro, calabacín, calabaza, judías verdes), y carnes. Como primeras frutas se introducen en este menú manzana, pera, plátano y naranja

Menú revisado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103