



INFORME CAMBIOS MENÚS BASALES:

DE 2 A 10 AÑOS:

- 1-12 cambio pan con chorizo por pan con atún y aceite de oliva.
- 3-12 cambio pan con nocilla por pan con hummus de chocolate, así también el resto de viernes.
- 9-12 cambio longanizas por huevos fritos.
- 10-12 cambio albóndigas por pastel de atún.
- 13-12 cambio pan con sobrasada por pan con tomate natural, aceite de oliva y sal.
- 14-12 cambio fiambres por varitas de merluza.
- 15-12 cambio calamares a la romana por calamares en salsa verde.
- 15-12 cambio pan con paté por pan con queso.
- 16-12 cambio pan con salchichón por pan con jamón de pavo.
- 21-12 cambio varitas de merluza por huevos fritos.
- 21-12 cambio pan con chorizo por pan con tomate natural, aceite de oliva y sal.
- 21-12 cambio magro con tomate por calamares a la plancha con calabacín.
- 21-12 cambio pan con jamón de pavo por pan con atún y aceite de oliva.



INFORME CAMBIOS MENÚS BASALES:

DE 10 A 18 AÑOS:

- Suprimo los fiambres salvo los viernes.
- Se recomienda, para próximos menús, ofrecer de manera más esporádica tanto las longanizas, hamburguesas, albóndigas (carne procesada) como los calamares a la romana, croquetas (producto ultra procesado). Ofrecer opciones como: pechuga de pollo, calamares plancha, en salsa verde o encebollados, pescado al horno, alitas de pollo, pollo en salsa, magro con tomate, lomo de cerdo.
- **3-12** se suprime el chorizo al ofrecer ya una opción de carne (pastel de carne) y, luego los fiambres.
- **9-12** suprimo las longanizas al ofrecer de opciones proteicas huevos fritos y pescado en salsa. Se puede ofrecer si se desea otra opción cárnica (pechuga de pollo, muslos o alitas al horno, magro con tomate, lomo de cerdo, etc.).
- **10-12** suprimo los nuggets al ofrecer albóndigas de carne y luego, fiambres como opciones cárnicas.
- **13-12** cambio los huevos a la turca por patatas asadas, así reducimos contenido en salsas industriales.
- **14-12** cambio las croquetas de jamón por bastoncitos de boniato al horno.
- **17-12** cambio las croquetas de jamón por revuelto de calabacín.
- **22-12** cambio chorizos por patatas al horno.