

<p>Regístrate en nuestra web www.elgustodecrecer.es en el AREA PADRES y descárgate el menú cada mes!</p> <p>Código de activación: EC04B7J3</p>  		<p>1 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA PAISANA CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN, FRUTA MACARONI WITH TOMATO SAUCE "PAISANA" OMELETTE WITH LETTUCE AND CARROT BREAD, FRUIT</p>	<p>2 ALUBIAS ESTOFADAS LENGUADO AL HORNO CON TOMATE NATURAL PAN, YOGUR STEW BEANS ROAST SOLE WITH TOMATO SALAD BREAD, YOGOURT</p>	KCAL	680	
<p>5 PAELLA TILAPIA EN SALSA CON PATATAS PAN, FRUTA Y LECHE PAELLA (RICE DISH) TILAPIA WITH SAUCE WITH FRENCH FRIES BREAD, FRUIT AND MILK</p>	<p>6 FESTIVO BANK HOLIDAY</p>	<p>7 CREMA DE ZANAHORIA POLLO EN SALSA CON LECHUGA Y MAÍZ PAN, FRUTA CARROT CREAM SOUP CHICKEN WITH SAUCE WITH LETTUCE AND SWEET CORN BREAD, FRUIT</p>	<p>8 FESTIVO BANK HOLIDAY</p>	<p>9 DÍA NO LECTIVO HOLIDAY</p>	KCAL	658
<p>12 LENTEJAS ESTOFADAS ATÚN CON TOMATE PAN FRUTA EN ALMIBAR STEWED LENTILS TUNA WITH TOMATO SAUCE BREAD FRUIT IN SYRUP SAUCE</p>	<p>14 PURÉ DE VERDURAS CON PICATOSTES LOMO AL HORNO CON CHAMPIÑONES PAN, FRUTA VEGETABLE CREAM SOUP WITH CROUTONS BAKED PORK LOIN WITH MUSHROOM BREAD FRUIT</p>	<p>14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO PAN FRUTA Y LECHE "COCIDO" NOODLES SOUP "COCIDO" MAIN COURSE BREAD, FRUIT AND MILK</p>	<p>15 ESPIRALES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON PATATAS PAN, FRUTA SPIRAL WITH TOMATO SAUCE HAKE WITH SAUCE WITH FRENCH FRIES BREAD, FRUIT</p>	<p>16 ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN, YOGUR EGG FRIED RICE SPANISH OMELETTE WITH LETTUCE AND CARROT BREAD, YOGOURT</p>	KCAL	684
<p>19 PAJARITAS NAPOLITANA ABADEJO ROMANA CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN, FRUTA Y LECHE NAPOLITAN STYLE PASTA SAUCE BATTERED COALFISH WITH LETTUCE AND CARROT BREAD, FRUIT AND MILK</p>	<p>20 FABADA ASTURIANA TORTILLA DE CALABACÍN CON LECHUGA Y TOMATE PAN, FRUTA FABADA (STEW BEANS) COURGETTE OMELETTE WITH LETTUCE AND TOMATO BREAD, FRUIT</p>	<p>21 ARROZ CON TOMATE ALBÓNDIGAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS PAN, FRUTA Y LECHE RICE WITH TOMATO SAUCE MEATBALLS WITH SAUCE WITH VEGETABLES BREAD, FRUIT AND MILK</p>	<p>22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD CHRISTMAS SPECIAL MENU</p>	<p>23 VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS</p>	KCAL	666
<p>28 VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS</p>	<p>27 ¡TU OPINIÓN ES IMPORTANTE! PARTICIPA EN EL PROYECTO "VIDA SALUDABLE"</p>	<p>28 ACCEDE A LA WEB www.elgustodecrecer.es AYÚDANOS A MEJORAR LOS HÁBITOS DE LOS MÁS PEQUEÑOS</p>	<p>29 ¡SOLO POR PARTICIPAR, ENTRARÁS EN EL SORTEO DE 4 ENTRADAS GRATIS PARA PARQUER WARNER! PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA EL 15 DE DICIEMBRE DE 2011</p>	<p>30 VACACIONES DE NAVIDAD CHRISTMAS HOLIDAYS</p>		

LA RICA MERIENDA

Después de un día lleno de actividades los niños deben tomar la merienda, que tiene que cubrir el 10-15% del aporte nutricional diario. Elige tu fórmula de merienda equilibrada:

HIDRATOS

en forma de cereales como el pan: aportan energía para realizar sus actividades.



Productos

LACTEOS:

ricos en calcio y proteínas para su crecimiento.



FRUTA:

rica en fibra y vitaminas.



TE DESEAMOS UNAS MUY
FELICES FIESTAS

Llénelas de sabor con las recetas saludables de
www.elgustodecrecer.es



¿Sabías que... ?

Para crear el hábito de una merienda sana se debe empezar cuando los niños son muy pequeños, procurando presentarla siempre de una forma atractiva y divertida. En la medida de lo posible, hay que evitar los productos preparados de bollería industrial.