

Lunes - Dilluns

Martes - Dimarts

Miércoles - Dimecres

Jueves - Dijous

Viernes - Divendres



* Tots els dies se serveix com a entrant una rica i nutritiva amanida variada

** El menú inclou diàriament aigua mineral

*** En la part de darrere del menú inclouem una recomanació de sopsars



Arroz a la cubana
Rabas de calamar con mayonesa
Fruta en almíbar

Potaje de garbanzos con espinacas
Libritos de york y queso con ensalada
Fruta natural

Macarrones a la boloñesa
Filete de halibut en salsa de mejillones
Yogurt de fresa

Puré de verduras con tostones
Albóndigas a la jardinera
Fruta natural

Sopa de cocido con menudillos
Tortilla con queso
Fruta natural

Arròs a la cubana
Rabes de calamar amb maionesa
Fruita en almívar

Potatge de cigrons amb espinacs
Llibrets de pernil i formatge amb amanida
Fruita natural

Macarrons a la bolonyesa
Filet de halibut en salsa clòtxines
logurt de maduixa

Puré de verduras amb rostos
Mandonguilles a la jardinera
Fruita natural

Sopa d'olla amb menuts
Truita amb formatge
Fruita natural

3

4

5

6

7

kcal. 839,22 Prot. 24,75 Lip. 22,37 Carb. 74,90

kcal. 857,91 Prot. 24,78 Lip. 21,47 Carb. 79,03

kcal. 890,46 Prot. 24,10 Lip. 22,94 Carb. 91,30

kcal. 800,27 Prot. 20,51 Lip. 18,06 Carb. 64,18

kcal. 810,17 Prot. 20,63 Lip. 19,07 Carb. 76,60

Marmitako de pescado
Rodaja de merluza orli con ensalada
Fruta natural

Arroz al horno
Salchichas frankfurt con ketchup
Fruta natural

Espaguetis a la italiana
Lomo adobado con verduritas
Fruta natural

Lentejas estofadas con zanahoria
Croquetas de bacalao con ensalada
Flan de vainilla

Sopa de tapioca con menudillos
Muslo de pollo asado en su jugo con chips
Fruta natural

Marmitako de peix
Rodanxa de lluç orli amb amanida
Fruita natural

Arròs al forn
Salsitxas frankfurt amb quetxup
Fruita natural

Espaguetis a la italiana
Llomello adobat amb verduretes
Fruita natural

Llentilles estofades amb safanòria
Croquetes de bacallà amb amanida
Flam de vainilla

Sopa de tapioca amb menuts
Cuixa de pollastre rostit en el seu suc amb xips
Fruita natural

10

11

12

13

14

kcal. 849,72 Prot. 25,19 Lip. 22,94 Carb. 73,15

kcal. 867,12 Prot. 22,50 Lip. 20,02 Carb. 71,97

kcal. 905,25 Prot. 22,47 Lip. 20,19 Carb. 86,90

kcal. 848,98 Prot. 25,12 Lip. 23,64 Carb. 79,84

kcal. 790,78 Prot. 20,67 Lip. 18,87 Carb. 72,35

Estofado de verduras con pollo
Calamares a la andaluza con mayonesa
Fruta natural

Fideuá de marisco
Entremeses variados con ensalada
Fruta natural

"Arròs amb fesols i naps"
Hamburguesa de pollo con chips
Fruta en almíbar

Puré de legumbres con tostones
Tortilla de patata con ensalada
Fruta natural

Coditos gratinados con queso
Esquipes de bacalao con ensalada
Natillas de vainilla

Estofat de verduras amb pollastre
Calamars a l'andalusa amb maionesa
Fruita natural

Fideuà de marisc
Compantge variat amb amanida
Fruita natural

Arròs amb fesols i naps
Hamburguesa de pollastre amb xips
Fruita en almívar

Puré de llegums amb rostos
Truita de creilla amb amanida
Fruita natural

Colzets gratinats amb formatge
Esquipes de bacallà amb amanida
Natilles de vainilla

17

18

19

20

21

kcal. 829,12 Prot. 25,81 Lip. 23,78 Carb. 80,10

kcal. 845,68 Prot. 23,39 Lip. 20,77 Carb. 85,70

kcal. 868,25 Prot. 24,57 Lip. 21,98 Carb. 82,30

kcal. 950,14 Prot. 25,80 Lip. 23,40 Carb. 80,87

kcal. 850,74 Prot. 23,23 Lip. 21,75 Carb. 79,50

Paella valenciana
Ventresca de merluza con mayonesa
Fruta natural

Crema Saint Germain con tostones
Longanizas con pisto casero y chips
Fruta natural

Tallarines a la napolitana
Croquetas de ave con ensalada
Fruta natural

Alubias estofadas
Pizza de jamón york y queso
Yogurt de fresa

Canelones con bechamel
Tortilla de atún con ensalada
Fruta natural

Paella valenciana
Ventresca de lluç amb maionesa
Fruita natural

Crema Saint Germain amb rostos
Llonganisses amb samfaina casolana i xips
Fruita natural

Tallarines a la napolinana
Croquetes d'au amb amanida
Fruita natural

Fesols estofats
Pizza de pernil dolç i formatge
logurt de maduixa

Canelons amb beixamel
Truita de tonyina amb amanida
Fruita natural

24

25

26

27

28

kcal. 832,20 Prot. 23,10 Lip. 21,02 Carb. 80,90

kcal. 779,92 Prot. 21,33 Lip. 19,71 Carb. 70,12

kcal. 894,79 Prot. 21,46 Lip. 19,78 Carb. 84,73

kcal. 920,42 Prot. 25,47 Lip. 23,21 Carb. 86,90

kcal. 899,74 Prot. 25,75 Lip. 23,07 Carb. 88,90

... i de sopar

Día	Sopar	Día	Sopar
3	Dilluns	24	Dilluns
4	Dimarts	25	Dimarts
5	Dimecres	26	Dimecres
6	Dijous	27	Dijous
7	Divendres	28	Divendres
10	Dilluns		
11	Dimarts		
12	Dimecres		
13	Dijous		
14	Divendres		
17	Dilluns		
18	Dimarts		
19	Dimecres		
20	Dijous		
21	Divendres		

Menja fruita variada



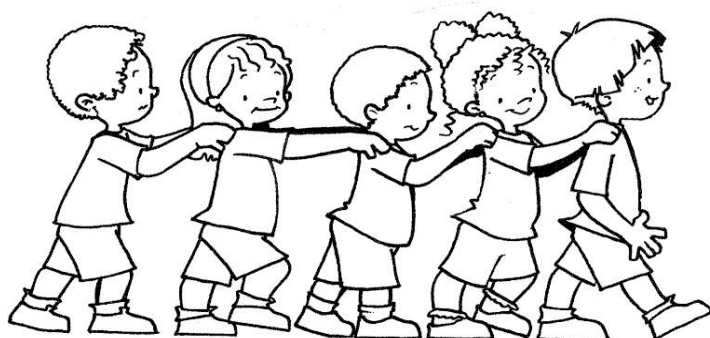
Amb Catering Ruzafa

Aprenem ...

Anar en fila amb xiquets d'infantil

Caminar en fila pot ser un repte per a una classe de xiquets d'infantil. Part d'açò pot deure's a la seua falta d'experiència, ja que estan començant el col·le. Tant monitors i professors poden prendre moltes mesures per a ensenyar als xiquets a caminar en una filera tranquil·la i ordenada quan és el moment de transició d'una activitat a una altra (per exemple quan acaben les classes i han d'anar al menjador). Cal recalcar el necessari que són les rutines en els xiquets.

Els sistemes de recompensa són una de les maneres més fàcils de manejar ràpidament el comportament en l'educació infantil. Consistentment elogia als xiquets que complisquen amb les expectatives i mira als quals no respecten la filera. Per a obtenir més incentius, dona-li recompenses tangibles per als xiquets als quals els va bé. Inicia un mapa estel·lar i permet als xiquets a triar entre una caixa de premis en arribar a 10 estels. En "Els sistemes de recompensa que funcionen" l'Educació Mundial suggereix donar punts als xiquets i que els permeten utilitzar els punts per a comprar articles en una tenda en l'aula o de menjador. Emmagatzema la tenda amb xicotets joguets, dolços, llapis, marcadors, calcomanies i altres premis econòmics.



El tren se'n va:

El tren es va,
el tren es va
compren els bitllets
Pugen ja, pugem ja!
Ja es va
chu, chuuiu, chu, chuuiu...

Tanque els ulls:

Tanque els ulls i conte fins
a tres
i quan els òbriga una filera
veuré.
1,2 i 3.

Cançó:

Per a eixir i per a entrar,
una filera cal formar,
un davant i un altre darrere,
sense espantar.

Per a eixir i per a entrar,
una filera cal formar,
un davant i un altre darrere,
per a no xocar.