

# Menú 10 Meses

---

## Lunes

patata  
zanahoria  
puerro  
vaina  
pollo

merienda  
manzana-plátano-naranja

---

## Martes

patata  
zanahoria  
puerro  
berenjena  
huevo

merienda  
manzana-plátano-naranja

---

## Miércoles

patata  
zanahoria  
puerro  
acelga  
pescado

merienda  
manzana-plátano-naranja

---

## Jueves

patata  
zanahoria  
puerro  
lechuga/escarola  
filete

merienda  
manzana-plátano-naranja

---

## Viernes

patata  
zanahoria  
puerro  
calabacín  
pescado

merienda  
manzana-plátano-naranja