

TABLAS DE DOBLE ENTRADA

Irene y su hermano van a pasar unos días con sus abuelos. Para organizarse, su abuela ha diseñado esta tabla. Se trata de un menú semanal.

MENÚ PARA NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS							
	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
desayuno	 UN VASO DE LECHE CON CEREALES (SIN AZÚCAR)	 UN VASO DE LECHE CON FRUTA Y FRUTOS SECOS	 UN VASO DE LECHE CON CEREALES (SIN AZÚCAR)	 CEREALES CON YOGUR (SIN AZÚCAR)	 NARANJA CON TOSTADA (INTEGRAL) Y QUESO MANCHEGO	 LECHE CON TOSTADA (INTEGRAL) CON AGUACATE	 YOGUR, PAN INTEGRAL CON ACEITE DE OLIVA Y JAMÓN SERRANO
comida	 PASTA CON SALSA DE TOMATE Y QUESO PARMESANO, ESCALOPE DE TERNERA Y FRUTA	 GARBANZOS CON CONEJO Y FRUTA	 VERDURA CON ATÚN Y ENSALADA DE TOMATE Y FRUTA	 ALBÓNDIGAS DE POLLO CON ENSALADA DE ZANAHORIAS Y FRUTA	 JUDÍAS CON SALMÓN A LA PLANCHA Y FRUTA	 LENTEJAS CON ARROZ, ENSALADA Y FRUTA	 PAELLA DE ARROZ CON ENSALADA Y FRUTA
merienda	 NARANJA Y PAN (INTEGRAL) CON JAMÓN	 PAN (INTEGRAL) CON QUESO MANCHEGO	 YOGUR (SIN AZÚCAR) Y FRUTOS SECOS	 LECHE CON AVENA Y PLÁTANO	 YOGUR (SIN AZÚCAR) CON PASAS Y FRUTOS SECOS	 REQUESÓN CON TOMATE	 BOCADILLO (PAN INTEGRAL) CON QUESO Y MANZANA
cena	 TORTILLA DE CALABACÍN, ENSALADA DE TOMATE Y FRUTA	 SOPA DE FIDEOS VEGETAL CON MERLUZA Y FRUTA	 CREMA DE ZANAHORIAS CON CROQUETAS DE JAMÓN Y FRUTA	 TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA, ENSALADA Y FRUTA	 CREMA DE CALABAZA CON PAVO AL HORNO Y FRUTA	 SOPA CON LOMO DE CERDO, ZANAHORIA Y FRUTA	 CREMA DE CALABAZA CON MERLUZA Y FRUTA

Después de observar detenidamente el menú, completa.

- ¿Qué desayunarán Irene y su hermano el domingo?

- ¿Qué comerán el lunes?

- ¿Qué comerán el miércoles?

- ¿Qué merendarán los niños el viernes?

- ¿Qué cenarán el jueves?

- ¿Qué comerán el martes?

- ¿Qué cenarán el sábado?

- ¿Qué cenarán el domingo?

- ¿Qué día comerán lentejas con arroz?
