

## Listado de empresas proveedoras de alimentos

<b>NOMBRE DE LA EMPRESA</b>	<b>LOCALIZACIÓN</b>
<b>CATASOL. Cooperativa de producción ecológica</b>	Santiago del Monte-Castrillón
<b>CAPSA (Central Lechera Asturiana)</b>	Granda- Siero
<b>PESCASTUR</b>	Avilés
<b>HIJOS DE LUIS RODRIGUEZ, S.A.</b>	Llanera
<b>CARNICERIA/FRUTERÍA RUBÍN</b>	Avilés
<b>COMERCIAL GONZASTUR, S.L.L</b>	Aviles
<b>CONGELADOS DEL CANTÁBRICO</b>	Oviedo
<b>COMERCIAL AVILÉS</b>	Avilés
<b>PANADERIA ARTESANAL MIRANDA</b>	Miranda-Avilés

### DESAYUNO

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>LECHE AZUCAR , CACAO O MIEL PAN CON ACEITE DE OLIVA</b>	<b>LECHE AZUCAR , CACAO O MIEL GALLETAS MARIA</b>	<b>LECHE AZUCAR , CACAO O MIEL PAN TOSTADO CON QUESO</b>	<b>LECHE AZUCAR , CACAO O MIEL BIZCOCHO CASERO</b>	<b>LECHE AZUCAR , CACAO O MIEL CEREALES</b>
<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>

### TENEMPIE DE MEDIA MAÑANA

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>GALLETAS MARÍA</b>	<b>COLINES</b>	<b>GALLETAS MARÍA</b>	<b>COLINES</b>	<b>GALLETAS MARÍA</b>
<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>	<i>Fruta del tiempo fresca</i>

## MENÚ DE 4 A 12 MESES

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>+ 4 meses</b>	<i>Leche materna y en su defecto leche artificial adaptada de inicio. Cereales sin gluten</i>				
<b>+ 6 meses</b>	<i>Leche materna y en su defecto leche artificial adaptada de continuación. Cereales con gluten</i>				
	<i>Patata y hortalizas Yogur</i>	<i>Arroz y hortalizas Papilla de frutas</i>	<i>Patata, puerro y zanahoria Papilla de frutas</i>	<i>Patata y hortalizas Papilla de frutas</i>	<i>Arroz y hortalizas Papilla de frutas</i>
<b>+8 meses</b>	<i>Leche materna y en su defecto leche artificial adaptada de continuación. Cereales con gluten</i>				
	<i>Patata y hortalizas Con Pollo Papilla de frutas</i>	<i>Arroz y hortalizas Con ternera Papilla de frutas</i>	<i>Patata, puerro y zanahoria  Con Pavo Papilla de frutas</i>	<i>Patata y hortalizas Con Ternera Yogur</i>	<i>Arroz y hortalizas Con Pollo Papilla de frutas</i>
<b>+ 9 meses</b>	<i>Leche materna y en su defecto leche artificial adaptada de continuación. Cereales con gluten</i>				
	<i>Patata y hortalizas Con Pollo Papilla de frutas</i>	<i>Arroz y hortalizas Con pescado blanco Papilla de frutas</i>	<i>Patata, puerro y zanahoria Con ternera Yogur</i>	<i>Patata y hortalizas Con pescado blanco Papilla de frutas</i>	<i>Arroz y hortalizas Con Pavo Papilla de frutas</i>
<b>+ 10 meses</b>	<i>Leche materna y en su defecto leche artificial adaptada de continuación. Cereales con gluten</i>				
	<i>Patata y hortalizas Con Pollo Yogur</i>	<i>Arroz y hortalizas Con pescado blanco Papilla de frutas</i>	<i>Patata, puerro y zanahoria Con ternera Papilla de frutas</i>	<i>Patata y hortalizas Con pescado blanco Papilla de frutas</i>	<i>Arroz y hortalizas Con Yema de huevo Papilla de frutas</i>

Se irán introduciendo alimentos de tipo purés de verduras cocidas, sin sal y con una cucharada de aceite de oliva en crudo. Se le irán pautando los alimentos siguiendo la siguiente tabla orientativa, **no obstante se garantiza la atención a las recomendaciones pediátricas.**

A partir de los 12 meses de edad se iniciará la introducción de alimentos con una textura más gruesa para ir acostumbrando a la criatura a alimentos troceados.

