

MENÚ NO HUEVO - NO LEGUMBRES ENERO 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2 (DEL 8 AL 11)		Macarrones (maíz-arroz) con tomate. --- Lomo de cerdo con ensalada de lechuga y maíz.	Arroz con verduras (pimiento, zanahoria, calabacín y brócoli). ----- ---	--- ----- Albóndigas de ternera en salsa con champiñones.	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). --- Pollo con patatas.
SEMANA 3 (DEL 14 AL 18)	-----	Hervido de verduras (patata, judías verdes y zanahoria) (sin guisantes). ----- ---	Macarrones con tomate. --- Hamburguesa de ternera con lechuga y maíz.	Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz). ----- ---	Puré de calabacín con aceite de oliva virgen. ----- ---
SEMANA 4 (DEL 21 AL 25)	--- ----- Guiso de pavo con calabaza, zanahoria, calabacín y judías verdes (sin guisantes).	Patatas guisadas (pimiento, cebolla y pimentón). ----- ---	-----	Puré de calabaza. ---- Lomo de cerdo con lechuga y maíz.	Espaguetis (maíz-arroz) a la Napolitana (tomate y cebolla). ----- ---
SEMANA 5 (DEL 28 AL 31)	Arroz con tomate. --- Jamoncitos de pollo con lechuga y tomate.	Arroz de puntos con potón y verduras (pimiento, calabacín, zanahoria y brócoli). ----- ---	Crema de verduras (judías verdes, zanahoria y patata) (sin guisantes). ---- Marrajo a la plancha con lechuga (sin mayonesa).	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). --- Pollo con patatas.	

*La ración media se compone de 175gr de patata, 45gr de judías verdes, 20gr de guisantes y 20gr de zanahoria. Estos pesos se han estimado siguiendo la Guía de Alimentación para Comedores Escolares de la JCCM, que Boyma Catering utiliza como guía de referencia.

Frutas servidas: naranja, manzana, pera y plátano, además de sandía, mandarinas, fresas o melón en sus correspondientes temporadas. **TFNO COCINA CENTRAL: 967160007 TFNO OFICINA: 967160138**