

MENÚ NO LEGUMBRES ENERO 2019



| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|---|---|---|--|
| SEMANA 2 (DEL 8 AL 11) | | ----- --- | Arroz con verduras (pimiento, zanahoria, calabacín y brócoli). ----- --- | ----- Albóndigas de ternera en salsa con champiñones. | ----- Pollo con patatas. |
| SEMANA 3 (DEL 14 AL 18) | ----- | Hervido de verduras (patata, judías verdes y zanahoria) (sin guisantes) . ----- --- | Macarrones con tomate. ----- --- | ----- | 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. ----- --- | ----- |
| SEMANA 5 (DEL 28 AL 31) | Arroz con tomate. ----- --- | ----- | Crema de verduras (judías verdes, zanahoria y patata) (sin guisantes) . ----- --- | ----- 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**