

MENÚ NO HUEVO - NO LEGUMBRES FEBRERO 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA (DÍA 1)					
2ª SEMANA (DEL 4 AL 8)	Calabacín salteado con cebolla. --- Jamoncitos de pollo con patatas.		Puré de zanahoria con aceite de oliva virgen. ----- ---	Judías verdes con tomate. --- Filete de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria.	FESTIVO
3ª SEMANA (DEL 11 AL 15)	FESTIVO	Macarrones (maíz-arroz) con tomate, cebolla y atún. --- Hamburguesa de ternera con ensalada.	Arroz blanco con aceite de oliva virgen. ----- ---	Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz). --- -----	
4ª SEMANA (DEL 18 AL 22)		Patatas guisadas (pimiento, cebolla, pimentón, ajo, tomate y laurel). --- Pollo con ensalada.	--- ----- Tilapia al horno con ensalada de lechuga (sin mayonesa).	Sopa de ave con fideos (maíz-arroz). ----- ---	Espaguetis (maíz-arroz) con tomate. ----- ---
5ª SEMANA (DEL 25 AL 28)	--- ----- Caella en salsa con cebolla y calabacín (sin guisantes).	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). --- Pollo con patatas.	--- ----- Marrajo a la plancha con ensalada (sin mayonesa).	Patatas guisadas (pimiento, cebolla, pimentón, ajo, tomate y laurel). ----- ---	

*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.

TENO COCINA CENTRAL: 967160007 TENO OFICINA: 967160138

Estamos trabajando conjuntamente con la Consultoría Nutricional Cesnut Nutrición para ofrecerles la máxima calidad dietética de nuestros menús. Para cualquier duda acerca de nuestro menú contacte con nuestro equipo de dietistas - nutricionistas en info@cesnut.com