

MENÚ NO HUEVO - NO LEGUMBRES JUNIO 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA (DEL 3 AL 7)	Ensalada de arroz con tomate natural, cebolla, caballa y aceitunas. --- Ragout de pavo con verduras (judías verdes, zanahoria y patata) (sin guisantes)	Calabacín salteado con cebolla. --- Caballa en aceite de oliva con ensalada de lechuga y tomate.	-----	Sopa de ave con fideos (maíz-arroz) ----- ---	--- ----- Lomo de cerdo a la plancha con lechuga y tomate.
2ª SEMANA (DEL 10 AL 14)	--- ----- Albóndigas de ternera en salsa con verduras (sin guisantes) .	--- ----- Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria.	Calabaza salteada con cebolla. --- Cazón adobado al horno con lechuga (sin mayonesa) .	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) ----- ---	Arroz blanco con aceite de oliva virgen extra. ----- ---
3ª SEMANA (DEL 17 AL 21)	Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz) --- Taquitos de pollo en salsa con menestra especial de verduras y champiñones (sin guisantes) .	Calabacín salteado con cebolla. --- Atún plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.	-----	FESTIVO	Espaguetis (maíz-arroz) con tomate y queso. ----- ---

*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.