

MENÚ NO HUEVO JUNIO 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA (DEL 3 AL 7)	Ensalada de arroz con tomate natural, cebolla, caballa y aceitunas. ----- ---	--- ----- Caballa en aceite de oliva con ensalada de lechuga y tomate.	-----	-----	--- ----- Tilapia al horno con lechuga y tomate.
2ª SEMANA (DEL 10 AL 14)	-----	--- ----- Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria.	--- ----- Cazón adobado al horno con lechuga (sin mayonesa).	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) ----- ---	-----
3ª SEMANA (DEL 17 AL 21)	Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz) ----- ---	--- ----- 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.