

# MENÚ NO LACTOSA JUNIO 2019



|                                     | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES         | VIERNES   |
|-------------------------------------|-------|--------|-----------|----------------|---|
| <b>1ª SEMANA<br/>(DEL 3 AL 7)</b>   | ----- | -----  | -----     | -----          | -----<br>---<br>Fruta/Yogur de soja.  |
| <b>2ª SEMANA<br/>(DEL 10 AL 14)</b> | ----- | -----  | -----     | -----          | -----<br>---<br>Fruta/Yogur de soja.  |
| <b>3ª SEMANA<br/>(DEL 17 AL 21)</b> | ----- | -----  | -----     | <b>FESTIVO</b> | Espaguetis con tomate ( <b>sin queso</b> )<br>-----<br>---<br>Fruta/Yogur de soja |

\*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.