

# MENÚ NO HUEVO - NO LEGUMBRES ABRIL 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1ª SEMANA (DEL 1 AL 5)</b>	-----	Sopa de ave con fideos ( <b>maíz-arroz</b> ). --- Filete de pavo con lechuga y maíz.	--- ----- Merluza al horno con lechuga ( <b>sin mayonesa</b> ).	Sopa de pescado con fideos ( <b>maíz-arroz</b> ). --- Ternera guisada con patatas.	Puré de calabacín. ----- ---
<b>2ª SEMANA (DEL 8 AL 12)</b>	--- ----- Ragout de pavo con verduras (judías verdes, zanahoria, alcachofa, espárragos y champiñones) ( <b>sin guisantes</b> ).	Sopa de cocido con fideos ( <b>maíz-arroz</b> ). --- Pollo con patatas.	--- ----- Marrajo a la plancha con lechuga y maíz.	Patatas con calabaza, puerro, zanahoria y aceite de oliva virgen. ----- ---	Macarrones ( <b>maíz-arroz</b> ) con queso y tomate. ----- ---
<b>3ª SEMANA (DEL 15 AL 19)</b>	<b>VACACIONES</b>	<b>VACACIONES</b>	<b>VACACIONES</b>	<b>VACACIONES</b>	<b>VACACIONES</b>
<b>4ª SEMANA (DEL 22 AL 26)</b>	<b>VACACIONES</b>	Calabacín con cebolla, patata y aceite de oliva virgen. ----- ---	Sopa de picadillo con fideos ( <b>maíz-arroz</b> ). ----- ---	Puré de verduras (judías verdes, zanahoria y patata) ( <b>sin guisantes</b> ) con aceite de oliva virgen. ----- ---	Arroz blanco con aceite de oliva virgen. --- Caballa en aceite de oliva con lechuga.
<b>5ª SEMANA (DEL 29 AL 30)</b>	Macarrones ( <b>maíz-arroz</b> ) a la boloñesa. --- Caella a la plancha con lechuga ( <b>sin mayonesa</b> ).	--- ----- Lomo de cerdo con ensalada.			

\*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

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](mailto:info@cesnut.com)