

MENÚ NO HUEVO - NO LEGUMBRES MAYO 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA (DEL 1 AL 3)			FESTIVO	Puré de calabacín. ----- ---	Sopa castellana con fideos (maíz-arroz) ----- ---
2ª SEMANA (DEL 6 AL 10)	Sopa de pescado con arroz. --- Ternera guisada con verduras (judías verdes, patata y zanahoria) (sin guisantes).	Patatas guisadas con calabaza, zanahoria, cebolla y pimiento. --- Merluza al horno con lechuga y zanahoria (sin mayonesa).	--- ----- Tilapia a la plancha con lechuga y maíz.	-----	Sopa de ave con fideos (maíz-arroz) ----- ---
3ª SEMANA (DEL 13 AL 17)	--- ----- Burger meat mix con ensalada.	Patatas salteadas con calabacín y cebolla. ----- ---	-----	Arroz blanco con aceite de oliva virgen. --- Caballa en aceite de oliva con ensalada.	Espaguetis (maíz-arroz) con atún. --- Ragout de pavo con menestra de verduras (judías verdes, zanahoria, alcachofa, espárragos y champiñones) (sin guisantes).
4ª SEMANA (DEL 20 AL 24)	-----	Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) --- Patata, zanahoria, pollo y chorizo con caldo de cocido.	-----	Macarrones (maíz-arroz) a la boloñesa. ----- ---	Puré de zanahoria. --- Atún con ensalada.
5ª SEMANA (DEL 27 AL 31)	-----	Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz). --- Taquitos de aguja de cerdo con tomate casero (sin guisantes).	Arroz blanco con tomate. --- Caella a la plancha con lechuga (sin mayonesa).	Ensalada de arroz con caballa, cebolla y tomate natural con aceite de oliva virgen. --- Burger meat mix con ensalada de lechuga y zanahoria.	FESTIVO

*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