

Desayunos

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Pan integral tostado con AOVE, galletas o cereales sin azúcares añadidos
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Meriendas

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Bocadillo integral, galletas y/o cereales con o sin cacao
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Cenas

lunes

Crema de zanahoria y puerro
Bastones de boniato con hummus de garbanzos

4

martes

Tortitas de merluza y verduras con patatas

5

miércoles

Judías verdes con salsa de tomate casera y huevo

6

jueves

Lubina a la espaldada
Ensalada de tomate

7

viernes

Patatas asadas rellenas con bacon y queso

8

Patatas con bacalao y huevo al horno

11

Pinchitos de pollo estilo moruno con calabacín salteado

12

Salmón con salsa de soja y miel y pimientos asados

13

Lomo de cerdo relleno al horno con salsa de naranja

14

Mini hamburguesas de brócoli con bastones de boniato

15

Puré de boniato
Revuelto de champiñones y queso

18

Crepes rellenos de espinacas, atún y queso ricotta

19

Muslos de pollo al horno con zanahorias

20

Porrusalda
Gambas al ajillo

21

Pizza de pollo y queso en pan de pita

22

Dorada al horno con tomates cherry

25

Crema de espinacas
Tortilla con queso

26

Solomillo de pavo en salsa con brócoli salteado

27

Salmón con leche de coco y espárragos verdes

28

San Jacobo de lomo al horno con patatitas

29

Central de Catering Servicing, SL - 91.428.20.48 - 91.428.20.49



Los menús son supervisados por Dietistas-Nutricionistas.
Se dispone de las fichas de los platos a disposición del consumidor.



Bebe agua



No olvides moverte



ESCANEA nuestro código QR para descubrir la receta de NUESTRA JORNADA GASTRONÓMICA de cada mes

