



**hnosGONZÁLEZ**  
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Telf.: 955 644 648

## Colegios Marzo 2017

El comedor escolar debe ser un marco en el que día a día se adquieran unos hábitos alimenticios saludables y se conozcan de forma práctica las normas para una óptima alimentación y nutrición durante toda la vida.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Lasaña de carne Pinchito de pollo con ensalada Pan integral Fruta de temporada 1	Puchero de judías verdes y calabaza Lomo adobado con zanahorias baby Pan Mousse de chocolate 2	Estofado de patatas c/magro de cerdo Limanda al horno Pan Fruta 3
Potaje de garbanzos c/verduras Limanda al horno con ensalada Pan Yogur 6	Crema de calabacín c/ queso y pavo Salchichas de pollo en salsa de verduras Pan Fruta 7	Macarrones boloñesa Pavo y queso fresco Pan integral Fruta de temporada 8	Potaje de alubias c/ verduras Buñuelos de bacalao con ensalada Pan Flan 9	Guiso de arroz con pollo Tortilla de patatas con tomate frito Pan Fruta 10
Lentejas estofadas c/verduras Salmón al horno con patatas parisinas Pan Yogur 13	Estofado de patatas c/ lenguado Nugget de pollo con ensalada Pan Fruta 14	Patatas Huevo frito y lomo Pan integral Fruta de temporada 15	Sopa de picadillo Limanda al horno con verduritas Pan Natillas con galletas 16	Espirales c/ tomate Lomo adobado Pan Fruta 17
Puchero con magro de cerdo Churrasquito de pollo en salsa de verduras Pan Yogur 20	Arroz a la cubana Croquetas de pollo con ensalada Pan Fruta 21	Potaje de alubias c/ verduras Limanda al horno Pan integral Fruta de temporada 22	Canelones de carne Tortilla francesa con zanahoria rallada Pan Gelatina 23	Crema de verduras c/guisantes Merluza en salsa con patatas parisinas Pan Fruta 24
Macarrones Siciliana Limanda en salsa casera y ensalada Pan Yogur 27	Lentejas estofadas c/ verduras Carne en salsa Pan Fruta 28	Crema de zanahorias c/ merluza Albóndigas de pollo en salsa de guisantes Pan integral Fruta de temporada 29	Puchero de judías verdes y calabaza Gallineta empanada c/ rodajas de tomate Pan Flan 30	Arroz 3 delicias Carne mechada casera c/ ensalada Pan Fruta 31

**Recomendaciones:** en una dieta equilibrada, la presencia de verduras, legumbres y hortalizas es fundamental. La correcta presentación, confección de las recetas y una técnica adecuada, pueden ayudar de forma muy importante a estimular el gusto y el deseo de tomar este tipo de alimentos.

**Gestión de Servicios Médicos ASEMED S.L.**

Asesor Médico en Nutrición:

Dr. Fco. de Asís Cordero Domínguez (col. 7753-SE).

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética:

Dña. Beatriz Arévalo Frías. ( col. AND-00347)

