



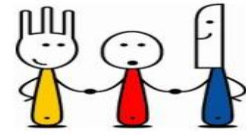
Colegios Octubre - 2016

hnosGONZÁLEZ
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Telf.: 955 644 648

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
Lentejas estofadas c/ verduras Tortilla francesa con zanahoria rallada Pan Yogur 3	Arroz a la cubana Pavia de merluza con ensalada Pan Fruta 4	Crema de zanahorias c/ merluza Churrasquito de pollo con patatas panaderas Pan integral Fruta de temporada 5	Puchero de judías verdes y calabaza Lomo adobado con zanahorias baby Pan Natillas con galletas 6	Estofado de patatas c/magro de cerdo Tilapia en salsa Pan Fruta 7
Potaje de garbanzos c/verduras Lenguado al horno con ensalada Pan Yogur 10	Crema de calabacín c/ queso y pavo Salchichas de pollo en salsa de verduras Pan Fruta 11	Macarrones boloñesa Pavo y queso fresco Pan integral Fruta de temporada 12	Potaje de alubias c/ verduras Merluza con york y queso al horno con ensalada Pan Gelatina 13	Guiso de arroz con pollo Tortilla de patatas con tomate frito Pan Fruta 14
Lentejas estofadas c/verduras Tilapia a la jardinera con patatas parisinas Pan Yogur 17	Estofado de patatas c/ lenguado Nugget de pollo con ensalada Pan Fruta 18	Potaje de garbanzos c/ verduras Tortilla campesina Pan integral Fruta de temporada 19	Sopa de picadillo Lenguado al horno con verduritas Pan Flan 20	Espirales c/ tomate York + queso fresco Pan Fruta 21
Puchero con magro de cerdo Churrasquito de pollo en salsa de verduras Pan Yogur 24	Arroz a la cubana Croquetas de pollo con ensalada Pan Fruta 25	Potaje de alubias c/ verduras Tilapia al horno Pan integral Fruta de temporada 26	Caracolas c/ atún y tomate Tortilla francesa con zanahoria rallada Pan Flan 27	Crema de verduras c/guisantes Bacalao en salsa con patatas parisinas Pan Fruta 28
Macarrones Siciliana Merluza al horno en salsa casera y ensalada Pan Yogur 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)

NRS. 260007551/SE



www.cateringgonzalez.com - 955 644 648