

JUNIO 2024



LUNES 3	ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA FRUTA	LUNES 17	SOPA DE LLUVIA SAN JACOBO ARROZ INTEGRAL FRUTA
MARTES 4	GAZPACHO FLAMENQUIN ENSALADA CON ZANAHORIAS YOGUR	MARTES 18	PATATAS CON CARNE TILAPIA YOGUR
MIERCOLES 5	MACARRONES CARBONARA JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CHAMPIÑONES FRUTA FRESCA	MIERCOLES 19	ARROZ CON TOMATE SALCHICHAS FRESCAS DE POLLO ZANAHORIAS FRUTA FRESCA
JUEVES 6	LENTEJAS CON CHORIZO VARITAS DE MERLUZA YOGUR	JUEVES 20	MENU ESPECIAL PIZZA, HAMBURGUESAS , PATATAS FRITAS CON SALSAS INFANTILES
VIERNES 7	CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS ENSALADA DE LECHUGA FRUTA FRESCA		FIN DE CURSO
LUNES 10	SOPA DE ESTRELLITAS ALBONDIGAS EN SALSA VERDURITAS YOGUR		FELIZ VERANO Y NOS VEMOS EN SEPTIEMBRE
MARTES 11	COCIDO COMPLETO BAJO EN GRASAS CON SUS PRESAS ENSALADA FRUTA FRESCA Y PAN INTEGRAL		
MIERCOLES 12	ENSALADA DE PASTA ABADEJO EN SALSA ZANAHORAS FRUTA FRESCA		
JUEVES 13	CREMA DE CALABAZA LOMO DE CERDO A LA PLANCHA VERDURITAS YOGUR		
VIERNES 14	PATATAS CON CHOCOS Y CAZON TORTILLA FRANCESA ENSALADA CON MAIZ FRUTA FRESCA		

RECOMENDACIONES

LA MERIENDA

A media tarde, las lacteos, lafruta o un bocacidllo son una buena opcion.

LA CENA

El mejor momento del dia para tratar de completar la comida del comedor escolar.

Debe ser consumida a una hora no muy tardía para evitar que la proximidad al momento del sueño impida que los niños duerman bien.

Como platos propios de la cena se sugieren purés, sopas o ensaladas y como complemento, carnes, huevos y pescados dependiendo de lo que se haya tomado en la comida del mediodia.

Es importantisima la inclusion de la fruta en los postres. La toma de lácteos como leche o yogur no debe sustituir a la fruta.



Porque no hay mayor beneficio que la salud de nuestros hijos ...

PUEDES SOLICITAR TODA LA INFORMACION

NUTRICIONAL A:
caterdexjose@gmail.com
Tfno: 924 261 449



¡Felicidades!

