

SUGERENCIAS

DESAYUNOS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)
Pan tostado, galletas y/o cereales con o sin cacao
Pieza de fruta o zumo recién exprimido

MERIENDAS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)
Bocadillo o sándwich con fiambre
Pieza de fruta o zumo natural

CENAS

| | | | | |
|--|---|--|---|---------------------------------|
| FESTIVO | Pescado al horno con patatas -- Pescado: pavo | Caldo de verduras Ternera guisada | Empanadillas de pisto con zanahorias baby | Canelones vegetales |
| Pollo al limón con puré de patata | Sopa Pescado blanco -- Pescado: lomo | Pavo a la plancha con pimientos | Crema de calabacín Ternera | Huevos cocidos con york y queso |
| Menestra de verduras con taquitos de bacon | Sopa de estrellitas Cinta de lomo | Crema de calabaza y zanahoria Flamenquines de pollo | Guisantes rehogados con cebolla y ajitos | Fish and chips |
| Tortilla de champiñones con puré de patata | Merluza al limón con ensalada | Magro de cerdo con jardinera | Ensalada Pollo con manzana | Creppes de pollo y espinacas |



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



AYUDENOS A ALIMENTAR A SUS HIJOS



Come fruta

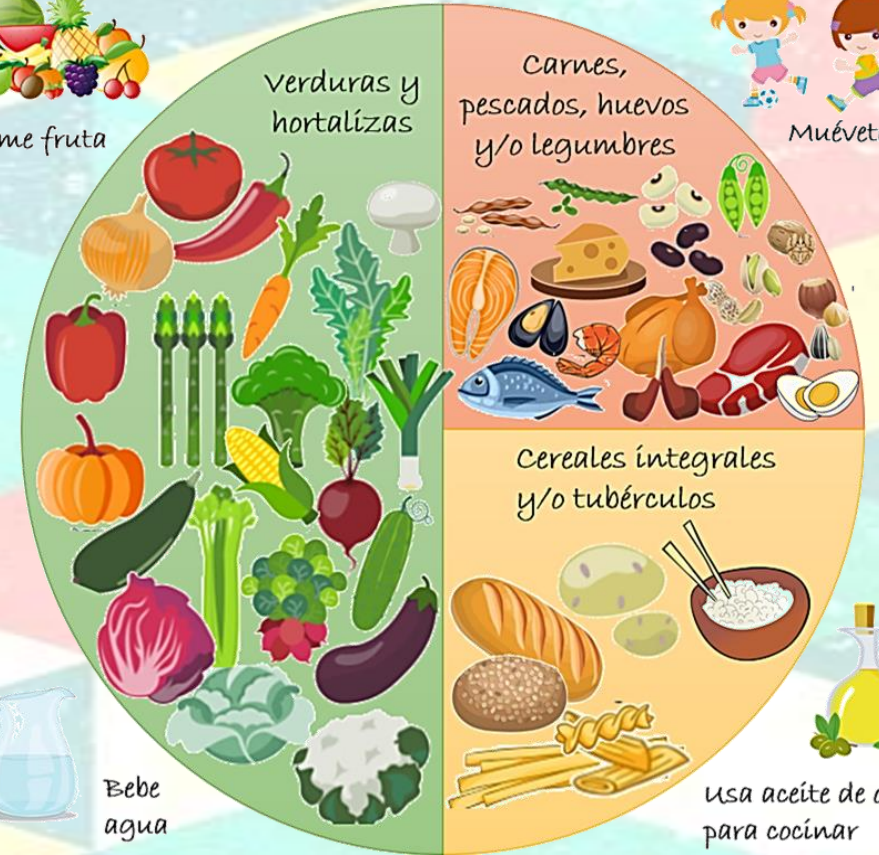
Verduras y hortalizas

Carnes, pescados, huevos y/o legumbres



Muévete

El **PLATO SALUDABLE** muestra las proporciones adecuadas de los grupos de alimentos que deben formar parte de las dos comidas principales: comida y cena. Pensado para conseguir que sus hijos sigan una dieta sana y equilibrada.



Bebe agua

Usa aceite de oliva para cocinar

GRUPO SERVICATERING

C/ Newton. Edificio 2 y naves 16 -18 · 28914 Leganés (Madrid).

Teléfonos: 91 428 20 48 – 91 498 40 14 · Fax: 91 428 20 49 Email: csservicatering@gruposervicatering.com

