

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

		Tallarines salteados con gambas	Salteado de pollo con verduritas	Puré de calabacín Lacón a la gallega
FESTIVO	Merluza al limón con ensalada de maíz y zanahoria	FESTIVO	Puré de verduras Filete de pollo con patatas	Ensalada de york y piña Cinta de lomo
Tortilla francesa con maíz y zanahoria rallada	Figuritas de merluza con pimientos verdes	Verduritas salteadas con jamón	Tacos de pavo con judías verdes	NOCHEBUENA
Pescado blanco con ensalada de maíz -- Pescado: lomo	Crema de verduras con queso Pollo guisado	Sándwich vegetal	Huevos cocidos con york y queso	NOCHEVIEJA



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

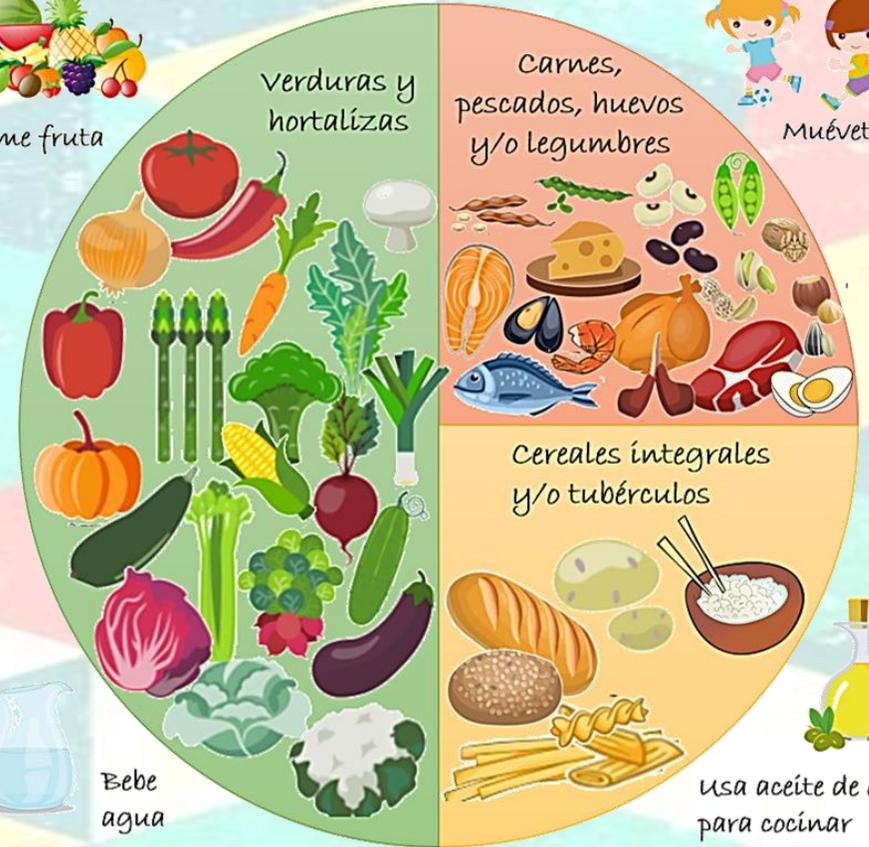
Verduras y hortalizas

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: ccservicatering@gruposervicatering.com

