



Centro:

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Verduras (patata, puerro, calabacín y zanahorias) • Hamburguesa de Pollo Casera • Fruta del tiempo 1
<ul style="list-style-type: none"> • Patatas Guisadas a la Marinera • Albóndigas Caseras de Pescado al Horno en Salsa • Fruta del tiempo 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Lacitos Salteados con Verduras • Tortilla de Patatas con Cebolla • Yoqur de Soja 5 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Pescado con Letras • Queso Fresco sin Lactosa y Jamón Cocido • Fruta del tiempo 6 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas Estofadas con Verduras y Arroz • Lomo Sajonia con Guisantes • Yoqur de Soja 7 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Calabacín (patata, puerro y calabacín) • Merluza al Horno • Fruta del tiempo 8
<ul style="list-style-type: none"> • Fideua • Lomo Sajonia con Habichuelas • Fruta del tiempo 11 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Chicharos • Tortilla de Calabacín • Yoqur de Soja 12 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Calabaza y Puerro • Merluza en Salsa • Fruta del tiempo 13 	DÍA FESTIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Macarrones Salteados con Verduras • Merluza en Salsa • Fruta del tiempo 18 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Garbanzos • Tortilla de Patatas con Cebolla • Yoqur de Soja 19 	<ul style="list-style-type: none"> • Paella • Hamburguesa de Pollo Casera • Fruta del tiempo 20 	<ul style="list-style-type: none"> • Puchero Andaluz con Estrellitas • Queso Fresco sin Lactosa y Jamón Cocido • Yoqur de Soja 21 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Zanahorias (patata, puerro y zanahorias) • Pechuga de Pollo a la Cazuela con Patatas Fritas • Fruta del tiempo 22
<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas Estofadas con Verduras • Queso Fresco sin Lactosa y Jamón cocido • Fruta del tiempo 25 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz Salteado con Verduras • Lomo de Sajonia en Salsa con Habichuelas • Yoqur de Soja 26 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Garbanzos • Merluza en salsa de Zanahorias • Fruta del tiempo 27 	<ul style="list-style-type: none"> • Puchero Andaluz con Fideos • Tortilla de Patatas con Cebolla • Yoqur de Soja 28 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Brócoli (patata, puerro y brócoli) • Albóndigas Caseras al Horno con Tomate • Fruta del tiempo 29

Es importante tener en cuenta lo que ha comido vuestro hijo a lo largo del día para poder aportar en la cena los alimentos y nutrientes necesarios para complementar la dieta con las cantidades adecuadas y preparaciones de fácil digestión (vapor, hervido, horno...).

Si al medio día ha comido de primero: Pasta, arroz, legumbres.

Para cenar es recomendable: Verduras*

Si al medio día ha comido de primero: Verdura

Para cenar es recomendable: Pasta, arroz, patata*

Si al medio día ha comido de segundo: Pescado

Para cenar: Carne o huevo

Si al medio día ha comido de segundo: Carne o huevo

Para cenar: Pescado

Si de postre ha tomado fruta, por la noche se puede ofrecer un lácteo para complementar las recomendaciones.

* Plato o guarnición

Nutricionista
Estela Pino Pérez
Nº Colegiada:
AN10471

Nº Reg.San: 26,0013818/SE

* La Cazuela Catering S.L. se reserva el derecho de cambiar algunos platos si por causas ajenas a su voluntad se viera obligado a ello. Menús elaborados por el departamento de nutrición de La Cazuela Catering S.L.

* Disponemos de seguro de Responsabilidad Civil. Nuestros menús están elaborados con aceite de oliva virgen extra. Nuestros lácteos son productos Nestle.