



Centro:

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Calabacín (patatas, puerro y calabacín) • Pollo al Horno • Fruta del tiempo 1
<ul style="list-style-type: none"> • Fideua • Queso Fresco y Jamón Cocido • Fruta del tiempo 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Garbanzos • Tortilla Patatas con Cebolla • Yoqur 5 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de Pasta • Lomo de Sajonia al Ajillo • Fruta del tiempo 6 	<ul style="list-style-type: none"> • Patatas Guisadas con Carne • Albóndigas Caseras al Horno de pescado en Salsa con Verduras • Yoqur 7 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Zanahorias (patatas, puerro y zanahorias) • Pollo al Horno • Fruta del tiempo 8
<ul style="list-style-type: none"> • Arroz con Verduras • Tortilla Patatas con Cebolla • Fruta del tiempo 11 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas Estofadas con Verduras • Lomo Sajonia con Habichuelas • Yoqur 12 	<ul style="list-style-type: none"> • Lacitos Salteados con verduras y Queso • Merluza al Horno con Salsa de Zanahorias • Fruta del tiempo 13 	<ul style="list-style-type: none"> • Aliño de Patatas con Habochuelas • Mini Hamburguesas Encbollada • Yoqur 14 	<ul style="list-style-type: none"> • Puré de Patatas y Puerro (patatas, puerro) • Bocaditos de Rosada • Fruta del tiempo 15
<ul style="list-style-type: none"> • Fideua • Tortilla de Patatas • Fruta del tiempo 18 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de Pasta • Lomo de Sajonia al Ajillo con Zanahorias Salteadas • Yoqur 19 	<ul style="list-style-type: none"> • Patatas Guisadas con Carne • Albóndigas Caseras al Horno de Pescado en Salsa con Verduras • Fruta del tiempo 20 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Garbanzos • Pollo al Horno • Yoqur 21 	<ul style="list-style-type: none"> • Salmorejo • Merluza en Salsa • Fruta del tiempo 22
<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas Estofadas con Verduras • Queso Fresco y Jamón Cocido • Fruta del tiempo 25 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de arroz • Bocaditos de Rosada • Yoqur 26 	<ul style="list-style-type: none"> • Fideua • Albóndigas al Horno de Carne en Salsa con Verduras • Fruta del tiempo 27 	<ul style="list-style-type: none"> • Potaje de Chícharos • Tortilla de Patatas con Cebolla • Yoqur 28 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de Calabaza (patatas, puerro y calabaza) • Merluza a la Roteña • 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.