

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

Filete de pollo
al limón con
patatas "paille"

Hojalritos
reellenos
caseros
variados

Huevos al plato
con tomates
naturales

Hamburguesa
de quinoa con
bastoncitos de
calabaza

Sopa de fideos
Lomo con ajitos

Salmón en
papillote con
guarnición de
verduras

Crema de
verduras
Tortilla de
jamón york

Sopa juliana
Jamoncitos de
pollo en salsa

Ensalada César
con pollo y
salsa casera

Salchichas al
vino blanco con
puré de patata

Crepes de
huevo rellenas
de pimienta y
cebolla

Dorada a la
naranja y
brócoli

Filetes de pavo
con patatitas
dado

Arroz frito con
champiñones,
cebolleta y
zanahoria

¡FELIZ NAVIDAD!



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

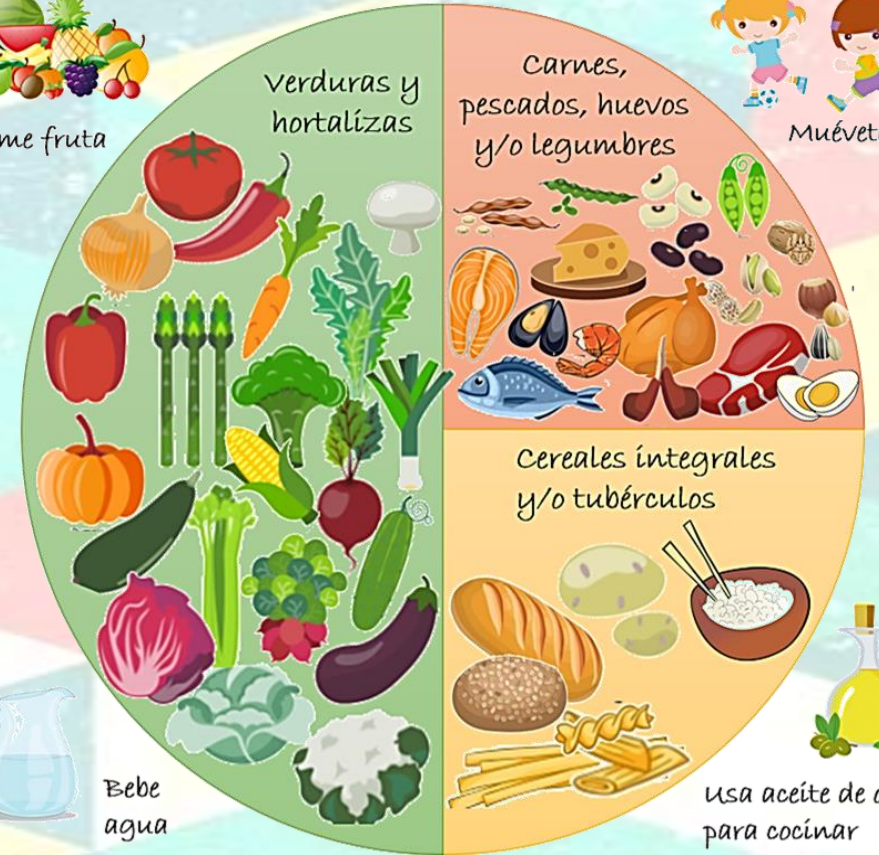
Verduras y
hortalizas

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.



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

