



hnosGONZÁLEZ
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Telf.: 955 644 648

Propuesta de cena Junio 2017

El comedor escolar debe ser un marco en el que día a día se adquieran unos hábitos alimenticios saludables y se conozcan de forma práctica las normas para una óptima alimentación y nutrición durante toda la vida.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			Ensalada campera Calamares al limón Pan Fruta 1	Verduras asadas Pollo al horno con patatas Pan Lácteo 2
Calabacín con orégano Tortilla francesa de queso Pan Fruta 5	Aliño de verduras Empanada casera de atún Pan Fruta 6	Gazpacho Sándwich mixto Pan integral Fruta 7	Ensalada mixta Pechuga de pavo a la plancha Pan Fruta 8	Ensaladilla Pez espada a la plancha Pan Lácteo 9
Aliño de tomate y queso fresco Revuelto de champiñones y setas Pan Fruta 12	Verduras asadas Dorada al horno con patatas asadas Pan Fruta 13	Ensalada de pasta Ternera a la plancha Pan integral Fruta 14	Ensalada mixta Burrito casero de pollo Pan Fruta 15	Menestra de verdura Atún a la plancha Pan Lácteo 16
Ensalada de arroz Tortilla de jamon Pan Fruta 19	Ensalada César Merluza con ajito y perejil Pan Fruta 20	Ensalada tropical Pechuga de pollo empanada casera Pan integral Fruta 21	Patatas aliñadas Salmón a la plancha Pan Fruta 22	Champiñones salteados Sándwich vegetal Pan Lácteo 23
Tomate aliñado con atún Tortilla de calabacín Pan Fruta 26	Arroz salteado c/ verduras Lenguado a la plancha Pan Fruta 27	Verduras salteadas Pollo al horno con patatas asadas Pan integral Fruta de temporada 28	Gazpacho Lomo a la plancha Pan Lácteo 29	Ensalada mediterránea Croquetas de pescado caseras Pan Fruta 30

Recomendaciones: en una dieta equilibrada, la presencia de verduras, legumbres y hortalizas es fundamental. La correcta presentación, confección de las recetas y una técnica adecuada, pueden ayudar de forma muy importante a estimular el gusto y el deseo de tomar este tipo de alimentos.

Gestión de Servicios Médicos ASEMED S.L.

Asesor Médico en Nutrición:

Dr. Fco. de Asís Cordero Domínguez (col. 7753-SE).

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética:
Dña. Beatriz Arévalo Frías. (col. AND-00347)

NRS. 260007551/SE



www.cateringgonzalez.com - 955 644 648