



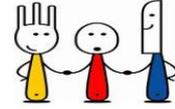
hnosGONZÁLEZ
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Tel.: 955 644 648

Menú Colegio Diciembre

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
			Puchero de judías verdes y calabaza Lomo adobado con zanahorias baby Pan-Flan 1	Arroz tres delicias Tilapia en salsa Pan-Plátano 2
Potaje de garbanzos c/verduras Lenguado al horno con ensalada Pan-Yogur 5	FIESTA	Macarrones boloñesa Hamburguesa de pollo Pan integral-Fruta de temporada 7	FIESTA	Guiso de arroz con pollo Tortilla de patatas con tomate frito Pan-Plátano 9
Lentejas estofadas c/verduras Tilapia a la jardinera con patatas parisinas Pan-Yogur 12	Estofado de patatas c/ lenguado Nugget de pollo con ensalada Pan-Pera 13	Potaje de garbanzos c/verduras Tortilla campesina Pan integral -Fruta de temporada 14	Sopa de picadillo Lenguado al horno con verduritas Pan- Natillas con galletas 15	Espirales c/ tomate Carne en salsa Pan-Plátano 16
Puchero con magro de cerdo Churrasquito de pollo en salsa de verduras Pan-Yogur 19	Arroz a la cubana Croquetas de pollo con ensalada Pan-Pero 20	Potaje de alubias c/verduras Tilapia al horno Pan integral-Fruta de temporada 21	Caracolas c/ atún y tomate Tortilla francesa con zanahoria rallada Pan- Gelatina 22	MENÚ ESPECIAL Pizza Hamburguesa Pan - Plátano 23

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. 00347)



hnosGONZÁLEZ
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Tel.: 955 644 648

Menú sin huevo Colegio Diciembre

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
			Puchero de judías verdes y calabaza Lomo adobado con zanahorias baby Pan-Flan 1	Arroz tres delicias (sin tortilla) Tilapia en salsa Pan-Plátano 2
Potaje de garbanzos c/verduras Lenguado al horno con ensalada Pan-Yogur 5	FIESTA	Macarrones boloñesa Hamburguesa de pollo Pan integral-Fruta de temporada 7	FIESTA	Guiso de arroz con pollo Pavo a la plancha Pan-Plátano 9
Lentejas estofadas c/verduras Tilapia a la jardinera con patatas parisinas Pan-Yogur 12	Estofado de patatas c/ lenguado Churrasquito de pollo con ensalada Pan-Pera 13	Potaje de garbanzos c/verduras Hamburguesa de pollo Pan integral -Fruta de temporada 14	Sopa de picadillo (sin huevo) Lenguado al horno con verduras Pan- Natillas con galletas 15	Espirales c/ tomate Carne en salsa Pan-Plátano 16
Puchero con magro de cerdo Churrasquito de pollo en salsa de verduras Pan-Yogur 19	Arroz a la cubana Croquetas de pollo con ensalada Pan-Pero 20	Potaje de alubias c/verduras Tilapia al horno Pan integral-Fruta de temporada 21	Caracolas c/ atún y tomate Pavo a la plancha con zanahoria rallada Pan- Gelatina 22	MENÚ ESPECIAL SIN HUEVO Pizza Hamburguesa Pan - Plátano 23

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. 00347)



hnosGONZÁLEZ
restauración y catering

www.cateringgonzalez.com

Tel.: 955 644 648

Menú Diabético por intercambios y sin colesterol Colegio Diciembre

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
			Cocido con judías verdes y calabaza (250 g/1 ración) Lomo adobado con patatas (100 g/ 2 raciones) Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 1	Arroz 3 delicias sin tortilla (112,5 g/ 3 raciones) Tilapia en salsa Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 2
Potaje de garbanzos (150 g/ 3 raciones y 50 g de verduras(0,5 ración) Lenguado al horno con ensalada Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 5	FIESTA	Macarrones boloñesa (150 g/ 3 ración) Hamburguesa de pollo Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 7	FIESTA	Guiso de arroz con pollo (112,5 g / 3 raciones) Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 9
Lentejas estofadas c/verduras (150 g de lentejas y 50 g de verduras/ 3,5 raciones) Tilapia a la jardinera Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 12	Estofado de patatas c/ pescado (150 g de patatas/ 3 raciones) Churrasquito de pollo Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 13	Potaje de garbanzos c/ verduras (150 g/ 3 raciones y 50 g de verduras(0,5 ración) Hamburguesa de pollo Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 14	Sopa de picadillo (sin huevo) (112,5 g/ 3 raciones) Lenguado al horno con verduritas Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 15	Espirales c/ tomate(150 g/ 3 ración) Carne en salsa Pan integral (20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 16
Puchero (150 g/ 3 raciones y 50 g de verduras(0,5 ración) Churrasquito de pollo en salsa de verduras Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 19	Arroz a la cubana(112,5 g/ 3 raciones) Lenguado a la plancha con ensalada Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 20	Potaje de alubias (150 g garbanzos y 50 g de verduras / 3,5 raciones) Tilapia al horno Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 21	Caracolas c/ atún y tomate (150 g caracolas 3 ración) Pavo a la plancha con zanahoria rallada Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 22	Arroz salteado (112,5 g/ 3 raciones) Hamburguesa plancha Pan integral(20 g/ 1 ración) Yogur desnatado (1 ración) 23

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

