



Centro:

SALESIANOS TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
				1		FESTIVO 2		FESTIVO 3	
				Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Fideua Lomo en salsa con pisto fruta 6		Potaje de garbanzos Bocaditos de rosada con judías verdes aliñadas aliñadas yogur 7		Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8		Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yogur 9		Puchero con arroz Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta 10	
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22		Kcal: 657 HC: 93 L: 21		Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20		Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23		Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19	
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13		Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto yogur 14		Espirales a la napolitana Mini salchichas en salsa con coliflor aliñada fruta 15		Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado con judías verdes aliñadas yogur 16		Puchero con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas fruta 17	
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Lentejas estofadas con verduras Calamares a la romana con pisto fruta 20		Patatas guisadas con verduras Lomo en salsa con judías verdes aliñadas yogur 21		Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada fruta 22		Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yogur 23		Potaje de garbanzos Mini hamburguesa de pollo y ternera con ensalada mixta fruta 24	
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22		Kcal: 605 HC: 83 L: 21		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Arroz con verduras Palitos de merluza con judías verdes aliñadas fruta 27		Potaje de chicharos Lomo adobado con pisto yogur 28		Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29		Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado con coliflor aliñada yogur 30			
Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21			

Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.

Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).

Recomendaciones generales para la cena:

- Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas.

- Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado.

Quando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.

* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.

Nutricionista

Estela Pino Pérez

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 marca Nestlé.



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
				1		FESTIVO 2		FESTIVO 3	
				Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Fideua Hamburguesa de pollo con pisto fruta 6		Potaje de garbanzos Bocaditos de rosada con judías verdes aliñadas aliñadas yoqur 7		Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8		Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yoqur 9		Puchero con arroz Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta 10	
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22		Kcal: 657 HC: 93 L: 21		Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20		Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23		Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19	
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13		Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto yoqur 14		Espirales a la napolitana Mini salchichas de pollo con coliflor aliñada fruta 15		Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado con judías verdes aliñadas yoqur 16		Sopa de verduras con arroz Filete de pollo con patatas parisinas fruta 17	
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Lentejas estofadas con verduras Calamares a la romana con pisto fruta 20		Patatas guisadas con verduras Filete de pollo con judías verdes aliñadas yoqur 21		Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada fruta 22		Sopa de verduras con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yoqur 23		Potaje de garbanzos Mini hamburguesa de pollo y ternera con ensalada mixta fruta 24	
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22		Kcal: 605 HC: 83 L: 21		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Arroz con verduras Palitos de merluza con judías verdes aliñadas fruta 27		Potaje de chicharos Hamburguesa de pollo con pisto yoqur 28		Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29		Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado con coliflor aliñada yoqur 30			
Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21			

Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.

Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).

Recomendaciones generales para la cena:

- Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas.

- Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado.

Quando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.

* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.

Nutricionista

Estela Pino Pérez

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 marca Nestlé.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	FESTIVO 2	FESTIVO 3
		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Fideua Lomo en salsa fruta 6	Potaje de garbanzos Merluza en salsa con judías verdes aliñadas aliñadas yogur 7	Arroz salteado con ajos Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8	Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yogur 9	Puchero con arroz Albondigas de pollo y ternera al horno en salsa con patatas parisinas fruta 10
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22	Kcal: 657 HC: 93 L: 21	Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20	Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23	Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún yogur 14	Espirales salteados con queso Mini salchichas sin alérgenos en salsa con coliflor aliñada fruta 15	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado casera con judías verdes aliñadas yogur 16	Puchero con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas fruta 17
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23	Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa fruta 20	Patatas guisadas con verduras Lomo en salsa con judías verdes aliñadas yogur 21	Macarrones salteados con ajos Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada fruta 22	Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yogur 23	Potaje de garbanzos Mini hamburguesa de pollo y ternera con ensalada mixta fruta 24
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22	Kcal: 605 HC: 83 L: 21	Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Arroz con verduras Merluza en salsa con judías verdes aliñadas fruta 27	Potaje de chicharos Lomo adobado yogur 28	Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado casera con coliflor aliñada yogur 30	
Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21	

Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.

Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).

Recomendaciones generales para la cena:

- Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas.
- Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata.
- Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo.
- Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado.

Cuando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.

* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.

Nutricionista
Estela Pino Pérez
Estelapp


* 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 marca Nestlé.



Centro:

SALESIANOS TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
		1	FESTIVO 2	FESTIVO 3	<p>Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.</p> <p>Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).</p> <p>Recomendaciones generales para la cena:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas. · Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata. · Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo. · Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado. <p>Cuando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.</p> <p>* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.</p>
		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Fideua Lomo en salsa fruta 6	Potaje de garbanzos Bocaditos de rosada con judías verdes aliñadas aliñadas yogur 7	Arroz salteado con ajos Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8	Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yogur 9	Puchero con arroz Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta 10	
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22	Kcal: 657 HC: 93 L: 21	Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20	Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23	Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19	
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún yogur 14	Espirales salteados con queso Pinchito de pollo con coliflor aliñada fruta 15	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado con judías verdes aliñadas yogur 16	Puchero con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas fruta 17	
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23	Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Lentejas estofadas con verduras Calamares a la romana fruta 20	Patatas guisadas con verduras Lomo en salsa con judías verdes aliñadas yogur 21	Macarrones salteados con ajos Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada fruta 22	Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yogur 23	Potaje de garbanzos Mini hamburguesa de pollo y ternera con ensalada mixta fruta 24	
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22	Kcal: 605 HC: 83 L: 21	Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Arroz con verduras Palitos de merluza con judías verdes aliñadas fruta 27	Potaje de chicharos Lomo adobado yogur 28	Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado con coliflor aliñada yogur 30		<p>Nutricionista</p> <p>Estela Pino Pérez</p> 
Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21		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 marca Nestlé.



Centro:

SALESIANOS TRINIDAD

Recomendaciones

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
				1		FESTIVO 2		FESTIVO 3	
				Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Fideua Lomo en salsa con pisto fruta 6		Potaje de garbanzos Merluza en salsa con judías verdes aliñadas aliñadas yogur 7		Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8		Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yogur 9		Puchero con arroz Albondigas de pollo casera en salsa con patatas parisinas fruta 10	
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22		Kcal: 657 HC: 93 L: 21		Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20		Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23		Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19	
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13		Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto yogur 14		Espirales con tomate Mini salchichas sin alérgenos en salsa con coliflor aliñada fruta 15		Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado casera con judías verdes aliñadas yogur 16		Puchero con arroz Lomo en salsa champiñones salteados fruta 17	
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23		Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa con pisto fruta 20		Patatas guisadas con verduras Lomo en salsa con judías verdes aliñadas 21		Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada 22		Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yogur 23		Potaje de garbanzos hamburguesa de pollo con ensalada mixta fruta 24	
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22		Kcal: 605 HC: 83 L: 21		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22		Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21		Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20	
Arroz con verduras Palitos de merluza con judías verdes aliñadas fruta 27		Potaje de chicharos Lomo adobado con pisto yogur 28		Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29		Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado casera con coliflor aliñada yogur 30			
Kcal: 640 HC: 93 L: 20		Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22		Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21		Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21			

Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.

Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).

Recomendaciones generales para la cena:

- Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas.

- Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado.

Quando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.

* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.

Nutricionista

Estela Pino Pérez

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 marca Nestlé.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	FESTIVO 2	FESTIVO 3
		Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Fideua Lomo en salsa con pisto fruta 6	Potaje de garbanzos Merluza en salsa con judías verdes aliñadas aliñadas yogur 7	Arroz a la cubana Tortilla francesa con ensalada mixta fruta 8	Lentejas estofadas Merluza en salsa verde con zanahorias aliñadas yogur 9	Puchero con arroz Albondigas de pollo y ternera en salsa con patatas parisinas fruta 10
Kcal: 670 P: HC: 96 L: 22	Kcal: 657 HC: 93 L: 21	Kcal: 608 P: HC: 84 L: 20	Kcal: 651 P: HC: 90 L: 23	Kcal: 599 P: HC: 84 L: 19
Arroz a la marinera palomitas pollo con zanahorias aliñadas fruta 13	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto yogur 14	Espirales a la napolitana Mini salchichas de pollo sin alérgenos con coliflor aliñada fruta 15	Patatas guisadas con menestra Hamburguesa de pescado casera con judías verdes aliñadas yogur 16	Puchero con arroz Lomo en salsa con patatas parisinas fruta 17
Kcal: 675 P: HC: 96 L: 23	Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa con pisto fruta 20	Patatas guisadas con verduras Lomo en salsa con judías verdes aliñadas yogur 21	Macarrones con tomate Merluza en salsa de zanahorias con coliflor aliñada fruta 22	Puchero andaluz con arroz Tortilla de calabacín con zanahorias aliñadas yogur 23	Potaje de garbanzos Mini hamburguesa de pollo y ternera con ensalada mixta fruta 24
Kcal: 678 P: HC: 99 L: 22	Kcal: 605 HC: 83 L: 21	Kcal: 646 P: HC: 89 L: 22	Kcal: 629 P: HC: 86 L: 21	Kcal: 620 P: HC: 87 L: 20
Arroz con verduras merluza en salsa con judías verdes aliñadas fruta 27	Potaje de chicharos Lomo adobado con pisto yogur 28	Puchero con estrellas Tortilla francesa con zanahorias aliñadas fruta 29	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de pescado casera con coliflor aliñada yogur 30	
Kcal: 640 HC: 93 L: 20	Kcal: 650 P: HC: 90 L: 22	Kcal: 653 P: HC: 93 L: 21	Kcal: 605 P: 21 HC: 83 L: 21	

Con el fin de favorecer una alimentación equilibrada, se recomienda que la cena complemente adecuadamente el menú servido en el comedor.

Los menús del comedor están elaborados siguiendo criterios nutricionales equilibrados y utilizando técnicas culinarias sencillas y de fácil digestión (hervido, guisado, horno, plancha o vapor).

Recomendaciones generales para la cena:

- Cuando el almuerzo incluya pasta, arroz o legumbres, se recomienda que la cena se base principalmente en verduras y hortalizas.

- Cuando el almuerzo incluya verduras como primer plato, la cena puede incorporar cereales (pasta, arroz) o patata.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido pescado, se recomienda que la cena incluya carne o huevo.

- Si el segundo plato del almuerzo ha sido carne o huevo, se recomienda que la cena incluya pescado.

Quando el postre del almuerzo haya sido fruta, por la noche puede ofrecerse un lácteo (leche o yogur natural) para completar la ingesta diaria.

* El plato o la guarnición señalados con asterisco se indican en el menú.

Nutricionista

Estela Pino Pérez

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 marca Nestlé.