

RECOMENDACIONES CENA



MARZO

- Verdura
- Ternero con patata
- Pan
- Fruta del tiempo

2

- Sopa
- Huevo con verdura
- Pan
- Lácteo

3

- Pasta
- Cerdo con verdura
- Pan
- Lácteo

4

- Crema de verdura
- Ave con verdura
- Pan
- Lácteo

5

- Arroz
- Pescado con verdura
- Pan
- Lácteo

6

- Arroz
- Huevo con verdura
- Pan
- Lácteo

9

- Crema de verduras
- Pescado con patata
- Pan
- Lácteo

10

- Verdura
- Ternero con arroz
- Pan
- Fruta del tiempo

11

- Pasta
- Huevo con verduras
- Pan
- Lácteo

12

- Sopa
- Cerdo con verdura
- Pan
- Lácteo

13

- Sopa
- Cerdo con verdura
- Pan
- Fruta del tiempo

16

- Pasta
- Ave con verdura
- Pan
- Lácteo

17

- Crema de verdura
- Huevo con patata
- Pan
- Lácteo

18

- Crema de verduras
- Cerdo con patata
- Pan
- Lácteo

19

- Arroz
- Pescado con verdura
- Pan
- Lácteo

20

- Verdura
- Pescado con pasta
- Pan
- Lácteo

23

- Sopa
- Ave con verdura
- Pan
- Lácteo

24

- Crema de verdura
- Cerdo con patata
- Pan
- Lácteo

25

- Pasta
- Ternero con verdura
- Pan
- Fruta del tiempo

26

- Arroz
- Pescado con verdura
- Pan
- Lácteo

27

- Arroz
- Cerdo con verduras
- Pan
- Lácteo

30

- Verdura
- Huevo con verdura
- Pan
- Lácteo

31

ECOLOGICOS: Dos veces por semana pasta, arroz, legumbres o verduras
PROXIMIDAD: Pollo, langostiza, frutas, verduras, yogures y pan
PRODUCCIÓN INTEGRADA: Aceite oliva y pan

Dietista-Nutricionista: Irene Ríos Arfías
 Núm. Colegiado: CAT000943

