

CATERING

JUNIO - 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Paella de pollo y verduras Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrado (Al:13.) Fruta Pan -Agua H:63,7 g P:53,1 G:40,1 C:828	Puré de verduras ecológico (Al: 13.) Tortilla de patata (Al: 2.) Lechuga con zanahoria Fruta Pan -Agua H:32,6 g P:22,8 G:36,35 C:560,05	Judías blancas ecológicas con verdura y chorizo Chuleta de sajonia en salsa especial Lechuga Yogurt Pan -Agua H:29,35 g P:61,4 G:42,2 C:739,9	Espirales integrales con atún (Al: 1.2.3.) Pescadilla en salsa meniere (Al: 1.3.) Lechuga Fruta Pan -Agua H:76,1 g P:60,7 G:45,3 C:968,4	DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL Coliflor rebozada (Al:1.) Lentejas ecológicas con verduras Fruta Pan -Agua H:47,4 g P:27,2 G:39,6 C:655,8
Crema de calabacín ecológica (Al:13.) Ragout de pavo estofado (Al:13.) Patata al horno Fruta Pan -Agua H:40 g P:36 G:24,7 C:522	Sopa de cocido (Al:1.2.) Cocido completo (proteína vegetal) Fruta Pan integral -Agua H:61,6 g P:49,4 G:31,35 C:726,15			○



LEYENDA DE ALÉRGENOS

¿QUÉ CENAMOS HOY?

Para preparar una cena adecuada, completa con alimentos que no hayas consumido en la comida

A - COMIDA

Cereales, féculas o legumbres
Verduras
Carne
Pescado
Huevo

B - CENA

Verduras
Cereales o féculas
Pescado o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne

Recomendaciones nutricionales



La fruta previene la caries dental y mejora el tránsito intestinal.



El huevo mejora la memoria y ayuda en el proceso de aprendizaje.



El pescado es rico en proteínas, muy digestible y disminuye la obesidad.



La carne tiene mucho valor nutritivo.



La leche es rica en calcio para un crecimiento óptimo.



Nota informativa para los padres:

¡SERCAIB CATERING IBÉRICA les desea felices vacaciones!