




Tu catering de proximidad

TRITURADOS SIN VERDURAS DE HOJA VERDE,
TOMATE, CERDO NI PESCADO AZUL
FEBRERO 2025

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Plato	Arroz, calabaza, ternera y judías	Patata, merluza, puerro, zanahoria	Arroz, calabacín, puerro, pollo	Patata, guisante, brócoli, bacalao	Arroz, pavo, zanahoria, pimienta
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Plato	Patata, zanahoria, puerro, pollo	Arroz, abadejo, guisante, calabaza	Patata, pavo, coliflor y judías	Arroz, bacalao, zanahoria y puerro	Patata, ternera, calabacín, brócoli puerro
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Plato	Arroz, pollo, calabaza, puerro	Patata, merluza, guisante, pimienta	Arroz, pavo, zanahoria, judías	Patata, ternera, calabacín y cebolla	Abadejo, puerro, arroz, zanahoria
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Plato	Patata, pollo, guisantes, zanahoria	Arroz, judías, calabacín, bacalao	Patata, calabaza, pimienta, ternera	Arroz, pavo, zanahoria, puerro	Patata, abadejo, coliflor y calabacín
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

REVISADO
M^a Fernanda Diéguez Garza
Experta en nutrición e Planificación dietética
Máster Universitario en Nutrición


M.ª Fernanda Diéguez Garza
BIOLOGA
C64326X