

## SUGERENCIAS

### DESAYUNOS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)  
Pan tostado, galletas y/o cereales con o sin cacao  
Pieza de fruta o zumo recién exprimido

### MERIENDAS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)  
Bocadillo o sándwich con fiambre  
Pieza de fruta o zumo natural

### CENAS

Crema de puerros	Empanadillas caseras rellenas de jamón york y queso	Pad Thai tailandés con langostinos	Huevos revueltos con verduritas	Hamburguesa completa de pollo
Merluza a la vasca con pimientos verdes	Ensalada de huevo cocido, atún y pimientos rojos	Filete ruso con salsa de tomate casera	Tacos de ternera desmenuzada con vegetales	Mini-sándwiches vegetales variados
Revuelto de huevos y berenjenas	Coleslaw Nuggets caseros de pescado	Pollo al estilo teriyaki con arroz blanco	Salchichitas encebolladas con puré de patatas	Arroz con huevo, bacon y cebolla
Rape rebozado crujiente con bastoncitos de zanahoria	Brochetas de pollo con verduras	Huevos escalfados con bacon	Dorada al horno con patatas y pimientos	



Los menús son supervisados por Dietistas – Nutricionistas.  
Se dispone de las fichas técnicas de los platos a disposición del consumidor.



## AYUDENOS A ALIMENTAR A SUS HIJOS

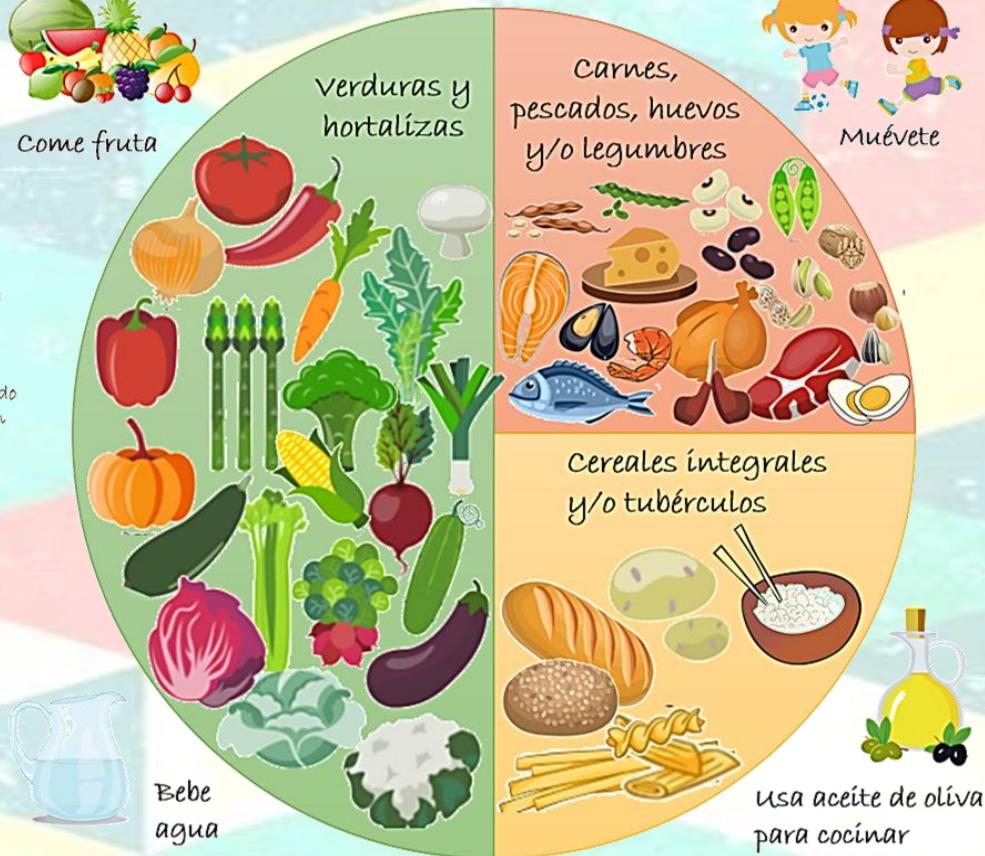


Come fruta

Carnes, pescados, huevos y/o legumbres



EL PLATO SALUDABLE muestra las proporciones adecuadas de los grupos de alimentos que deben formar parte de las dos comidas principales: comida y cena. Pensado para conseguir que sus hijos sigan una dieta sana y equilibrada.



### GRUPO SERVICATERING

C/ Newton. Edificio 2 y naves 16 -18 · 28914 Leganés (Madrid).

Teléfonos: 91 428 20 48 – 91 498 40 14 · Fax: 91 428 20 49 Email: [ccservicatering@gruposervicatering.com](mailto:ccservicatering@gruposervicatering.com)