

Régimen No Huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

[illegible]

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; No utilización de caldos ni condimentos.

GASTRONOMIA PASKA, S.A.
C/ Aragón, 200 - 48100 Murguía (Bizkaia)
Artiz Bidaia, 75 - 48100 Murguía (Bizkaia)
Tel. 94 452 38 00 Fax: 94 452 38 42

Dietista-Nutricionista Sandra Soria García.
N.º Colegiada EUS00293





www.compromisolocal.com

SUGERENCIAS PARA CENAS:



ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

SUGERENCIA PARA LA CENA

Arroz, pasta, patata o legumbre	→	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→	Arroz, pasta o patata
Carnes	→	Pescados o huevo
Pescados	→	Carne o huevo
Huevo	→	Pescado o carne
Fruta	→	Lácteo o fruta
Lácteo	→	Fruta

*LOCAL responsable
agroecología RICO saludable
trabajamos en valores que nos hacen mejores*

Colaboramos con tu colegio para integrar el comedor en los objetivos educativos idóneos para niños y niñas. Con programas adaptados a cada edad trabajamos para que el alumnado adquiera buenos hábitos de comportamiento, aprenda a comer y entienda la importancia de una correcta alimentación.

También abrimos ventanas para que alumnos y alumnas crezcan en información y responsabilidad en distintos campos de conocimiento.

