



# SERVICIO DE COMEDOR ESCOLAR

## MINUTA 2

### SEMANA DEL 1 DE MARZO AL 4 DE MARZO DE 2022

MARTES							
<b>1º</b>	<b>Estofado de patatas con carne de ternera</b>	<b>2º</b>	<b>Filete de hallibut frito</b>	<b>3º</b>	<b>Lechuga con tomate y atún</b>	<b>4º</b>	<b>Fruta</b>
							
MIÉRCOLES							
<b>1º</b>	<b>Arroz a la cubana con salchichas</b>	<b>2º</b>	<b>Filetes de pollo guisado en salsa</b>	<b>3º</b>	<b>Lechuga con zanahoria rallada</b>	<b>4º</b>	<b>Fruta</b>
							
JUEVES							
<b>1º</b>	<b>Judías con chorizo</b>	<b>2º</b>	<b>Lomo de merluza al horno en salsa</b>	<b>3º</b>	<b>Ensalada de pasta, tomate, jamón de york y atún</b>	<b>4º</b>	<b>Fruta</b>
							
VIERNES							
<b>1º</b>	<b>Sopa de verduras con estrellitas</b>	<b>2º</b>	<b>Tortilla de patatas</b>	<b>3º</b>	<b>Salsa de tomate</b>	<b>4º</b>	<b>Yogur</b>
							

La fruta que se va a servir durante la semana será la de la temporada en la que estamos: melón, mandarina, piña, plátano.

Teniendo en cuenta lo que se come cada día, se recomienda complementar la cena con el grupo de alimentos que no se ha consumido en el almuerzo.

Se recomienda hacer actividad con regularidad y tener hábitos higiénicos saludables antes y después de cada comida.