




**SERVICIO DE COMEDOR ESCOLAR**  
**MINUTA 1**  
**13 DE MAYO AL 15 DEL MAYO DE 2019**

LUNES							
<b>1º</b>	<b>Patatas revueltas</b>	<b>2º</b>	<b>Lomo de merluza al horno en salsa</b>	<b>3º</b>	<b>Lechuga con tomate y atún</b>	<b>4º</b>	<b>Fruta</b>
							
MARTES							
<b>1º</b>	<b>Sopa de fideos</b>	<b>2º</b>	<b>Filetes de lomo de cerdo guisado en salsa</b>	<b>3º</b>	<b>Ensaladilla (patatas, atún, huevo duro, zanahoria y mayonesa)</b>	<b>4º</b>	<b>Fruta</b>
							
MIÉRCOLES							
<b>1º</b>	<b>Arroz con choco, gambas y guisantes</b>	<b>2º</b>	<b>Croquetas de jamón</b>	<b>3º</b>	<b>Lechuga con zanahoria rallada</b>	<b>4º</b>	<b>Lácteo</b>
							

La fruta que se va a servir durante la semana será la de la temporada en la que estamos: pera, manzana, melón, fresa, melocotón o 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 realizar actividad física con regularidad y tener hábitos higiénicos saludables antes y después de cada comida.