

# EL CATERING DE COCIBAR S.L.

Ctra. Gijón-Oviedo.AS II.C/ Felipe Blas y Cabrera Naves 1 A y D. Porceyo.33392.Gijón

Tl: 985168523. Fax: 985168518. Movil 609 019 097

[www.elcateringdecocibar.com](http://www.elcateringdecocibar.com) e-mail.cocibar@hotmail.com

Menús supervisados y valorados nutricionalmente por AF. Consultaría,Método de estudio de uso profesional para valoración de dietas y cálculos de alimentación avalado por el Departamento de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid

## MENUS DE JUNIO PARA EMPRESAS

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 COMIDA Fabes estofadas Pescado a la romana Ensalada Yogurt	2 COMIDA Arroz con tomate Hamburguesas ternera Verduras Fruta	3 COMIDA Lentejas estofadas Albóndigas merluza Guisantes zanahoria Natillas	4 COMIDA Ensalada de pasta Lomo asado Verduras Fruta
7 COMIDA Patatas riojana Pollo asado Verduras Fruta	8 COMIDA Fabes pintas Pescado a la romana Ensalada Yogurt	9 COMIDA Fidegüa Albóndigas ternera Verduras Fruta	10 COMIDA Garbanzos con espinacas Merluza en salsa Patata cocida Gelatina	11 COMIDA Arroz asturiano Carne guisada Verduras Compota
14 COMIDA Macarrones con atun Pollo asado Verduras Fruta	15 COMIDA Fabes con repollo Pescado a la romana Ensalada Yogurt	16 COMIDA Ensalada de arroz Hamburguesas ternera Verduras Fruta	17 COMIDA Lentejas estofadas Albóndigas merluza Guisantes zanahoria Natillas	18 COMIDA Patatas a la marinera Lomo asado Verduras Fruta
21 COMIDA Patatas riojana Pollo asado Verduras Fruta	22 COMIDA Garbanzos estofados Pescado romano Ensalada Yogurt	23 COMIDA Menestra Albóndigas ternera Patata cocida Fruta	24 COMIDA Fabes pintas Merluza en salsa Patata cocida Gelatina	

### PLATOS ALTERNATIVOS AL MENU MENSUAL

#### 1º PLATOS

ENSALADA MIXTA ENSALADA DE PASTA ENSALADILLA RUSA SANDWICH ESPECIAL PURE DE VERDURAS

#### 2º PLATOS

ESCALOPINOS DE LOMO -CACHOPO DE LENGUADO -CACHOPO DE CARNE- TORTILLA DE PATATA -CALAMARES- LOMO PLANCHA-SAN JACOBO

#### GUARNICIONES

PATATAS- VERDURITAS- CROQUETAS- EMPANADILLAS- ENSALADA

#### POSTRES

YOGURT-- FRUTA COMPOTA -NATILLAS -FLAN- COPA CHOCOLATE