

MENÚ

LUNES 29 DE JUNIO



ALMUERZO

Crema de acelgas



Espaguetis con champiñones



y jamón serrano



Fruta



CENA

Verduras compuestas



con atún y huevo duro



Fruta



MENÚ

MARTES 30 DE JUNIO



ALMUERZO

Potaje de verduras



Pollo teriyaki con arroz blanco



Yogur



CENA

Sopa de ternera con garbanzos



Hojaldre de espinacas

con queso de cabra



Fruta



MENÚ

MIÉRCOLES
1 DE JULIO



ALMUERZO

Caldo de papas



Churros de pescado



Ensalada de berros



Fruta



CENA

Salteado de pasta con dados pavo
y verduras glaseadas en ajos y miel



fruta



DIETA



MENÚ

JUEVES 2 DE JULIO



ALMUERZO

Potaje de col



Chuletas con chimichurri



Papas sancochadas



Fruta



DIETA



CENA

Ensalada con garbanos aliñada



Croquetas de jamón al horno




Gelatina



DIETA



El **Chimichurri**  es una salsa hecha con aceite, ajo, perejil y especias.



MENÚ

VIERNES 3 DE JULIO



ALMUERZO

Crema de zanahorias y calabacín



Arroz con pescado y verduras



Fruta



CENA

Sopa de verduras



Tortilla francesa con queso y tomates



Fruta



MENÚ

SÁBADO 4 DE JULIO



ALMUERZO

Ensalada caribeña de papaya



Pollo asado con ajo y lima



Fruta



CENA

Bocadillo de pata con vegetales



Yogur y fruta



MENÚ

DOMINGO 5 JULIO



ALMUERZO

Puré hortelano



Pescado al mojo verde



Papas arrugadas



Fruta



CENA

Salpicón de legumbres



Huevo sancochado



Fruta



MENÚ

LUNES 6 DE JULIO



ALMUERZO

Potaje de la abuela



Pasta con salsa de tomate y atún



Fruta



CENA

Hamburguesas al horno



Ensalada de espinacas, alubias y aguacate

Fruta

