

MENÚ

LUNES 12 DE ENERO



ALMUERZO

Crema de acelgas



Macarrones a la boloñesa



Fruta



CENA

Guisantes compuestos



con huevo sancochado

Fruta



MENÚ

MARTES 13 DE ENERO



ALMUERZO

Sopa con garbanzos



Pollo con cebolla, zanahoria y papas



Yogur



CENA

Crema de puerros y calabaza



Quiché Lorraine



Fruta



DIETA



MENÚ

MIÉRCOLES
14 DE ENERO



ALMUERZO

Caldo de cilantro



Albóndigas de merluza



Ensalada de berros



Fruta



DIETA



CENA

Tortilla francesa



con tomate asado y arroz al vapor



Fruta



MENÚ

JUEVES 15 DE ENERO



ALMUERZO

Crema de calabaza y lentejas



Redondo de lomo



con papas con ajo y perejil



Fruta



CENA

Wok de pasta y atún con verduras



Gelatina



MENÚ

VIERNES 16 DE ENERO



ALMUERZO

Sopa de la huerta



Tortilla española



Ensalada



Fruta



CENA

Arroz japonés



Fruta



MENÚ

SÁBADO 17 DE ENERO



ALMUERZO

Pollo a la mostaza



Salteado de verduras



Fruta



CENA

Ensalada Niçoise con caballas



Fruta



MENÚ

DOMINGO 18 DE ENERO



ALMUERZO

Ensalada



Parrillada



Papas arrugadas con mojo

DIETA



Fruta



CENA

Pescado al horno con verduras



Natillas

