

MENÚ

LUNES 9 DE MARZO



ALMUERZO

Crema de acelgas



Macarrones a la boloñesa



Fruta



CENA

Guisantes compuestos



con huevo sancochado



Fruta



MENÚ

MARTES 10 DE MARZO



ALMUERZO

Sopa con garbanzos



Pollo con cebolla, zanahoria y papas



Yogur



CENA

Crema de puerros y calabaza



Quiché Lorraine



Fruta



DIETA



MENÚ

MIÉRCOLES 11
DE MARZO



ALMUERZO

Caldo de cilantro



Albóndigas de merluza



DIETA



Ensalada de berros



Fruta



CENA

Tortilla francesa



con tomate asado y arroz al vapor



Fruta



MENÚ

JUEVES 12 DE MARZO



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 13 DE MARZO



ALMUERZO

Sopa de la huerta



Tortilla española



Ensalada



Fruta



CENA

Arroz japonés



Fruta



MENÚ

SÁBADO 14 DE MARZO



ALMUERZO

Pollo a la mostaza



Salteado de verduras



Fruta



CENA

Ensalada Niçoise con caballas



Fruta



MENÚ

DOMINGO 15 DE MARZO



ALMUERZO

Ensalada



Parrillada



Papas arrugadas con mojo



Fruta



CENA

Pescado al horno con verduras



Natillas



DIETA



MENÚ

LUNES 16 DE MARZO



ALMUERZO

Crema de puerros y calabaza



Fideuá con pescado



Fruta



CENA

Caldo de la abuela



Tortilla francesa con tomates asados



Fruta

