

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Vicente Solís Brito
Diplomado en
Nutrición y Asociación Española
de Dietistas nº 247



DIA DE TODOS LOS SANTOS



		1	2	3
		Sopa de Ave con Arroz	Crema de Verduras	
		Pollo Asado al limón con Champiñones y Pimiento Rojo	Hamburguesa de Ternera Plancha con Patatas Fritas	
		Yogur	Fruta de Temporada	
6	7	8	9	10
Guiso de Lentejas con Verduras	Pasta Carbonara con Bacon	Crema de Zanahoria con picatostes	Sopa de Pescado con Fideos	Paella Mixta
Tortilla Francesa con Ensalada (lechuga, tomate y pimiento verde)	Estofado de Cerdo con Hinojo y Tomate	Bacalao dado rebozado con Tomate	Albondigas Estofadas	Pechugas de Pollo plancha con Calabacín Rebozado
Yogur	Fruta de Temporada	Natillas de Vainilla	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada
13	14	15	16	17
Pasta Boloñesa	Crema de Calabacín	Sopa con trocitos de Ternera	Potaje de Judías Blancas	Crema de Verduras
Merluza al Horno con picada y dados de Calabaza	Muslitos de Pollo Finas Hierbas con Patata Panadera	Bullit de Huevo	Varitas de Merluza con Ensalada (lechuga, tomate y queso)	Canelones de Carne
Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada
20	21	22	23	24
Potaje de Garbanzos con verduras	Crema de Zanahoria y Calabaza	Lasaña de Carne	Arroz a la Cubana con Huevo Hervido	Sopa de Ave Maravilla
Salchichas de Cerdo con Puré de Patata	Ragout de Ternera con Setas	Filete de Abadejo encebollado con Tomate Aliñado	Croquetas de Jamón con Ensalada (lechuga, tomate y maíz)	Pollo Asado en su jugo con Patata Panadera
Yogur	Fruta de Temporada	Natillas	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada
27	28	29	30	
Crema de Verduras con Picatostes	Pasta con salsa de Tomate y Atún	Potaje de Lentejas con Verduras	Sopa con J York	
Tortilla Francesa con Ensalada (lechuga, tomate y soja)	Bullit de Pescado	Nuggets de Ave con Tomate Aliñado y Albahaca	Estofado de Pavo	
Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	Yogur	

Nuestros menús incluyen todos los días Pan y la bebida será Agua.