

RECOMENDACIONES CENAS

Lunes 1. Crema de verduras, fruta y lácteo.

Martes 2. Pescado azul, jamón york fruta y lácteo.

Miércoles 3. Salchichas de pollo con ensalada, macedonia de fruta y lácteo.

Jueves 4. Hamburguesa con salteado mediterráneo, fruta y lácteo.

Viernes 5. Huevos fritos con pisto, fruta y lácteo.

Lunes 8. Chuleta de Sajonia con calabacín, fruta y lácteo.

Martes 9. Salmón a la plancha con verduras, fruta y lácteo.

Miércoles 10. Espinacas con gambas, fruta y lácteo.

Jueves 11. Huevos revueltos con salchichas, fruta y lácteo.

Viernes 12. Judías verdes con tomate, fruta y lácteo.

Lunes 15. Crema de verduras, fruta y lácteo.

Martes 16. Filete de pollo a la plancha con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 17. Croquetas caseras, macedonia de fruta y lácteo.

Jueves 18. Gallo a la plancha con zanahoria, jamón a la plancha, fruta y lácteo.

Martes 23. Tortilla francesa con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 24. Filete de lenguado a la plancha, macedonia de fruta y lácteo.

Jueves 25. Pastel de verduras con queso, fruta y lácteo.

Viernes 26. Pescadilla al horno con verduras, fruta y lácteo.

