

MENÚ Primavera/verano dieta BASAL 1 Del 18 al 24 septiembre 23



		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISABTE	DIUMENGE
MENJAR	PRIMER	ENSALADA DE ALUBIAS PAELLA MIXTA	VICHISSOYE ENSALADA DE LENTEJAS	ENSALADA DE PASTA CON JAMON Y QUESO ESPARRAGOS BLANCOS CON VINAGRETA	SALMOREJO CON HUEVO HABAS A LA CATALANA	ESPAGUETIS CON SALSAS DE SETAS ENSALADA COMPLETA	ENSALADA DE GARBANZOS CON HUEVOS COLIFLOR GRATINADA	ARROZ A LA CUBANA ENSALADA COMPLETA
	SEGON	HAMBURGUESAS DE POLLO CON BERENJENA Y CEBOLLA CARAMELIZADA RAPE AL HORNO CON ENSALADA	BACALAO A LA LLAUNA CON VERDURAS ESTOFADO DE PAVO	MUSLO POLLO CON ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE SALMON CON SALSAS CREMOSAS DE NARANJA CON VERDURITAS	CAZON A LA ANDALUZA CON ENSALADA BISTEC TERNERA CON PIMIENTOS	MUSLOS DE POLLO A LA NATA CON ENSALADA BOQUERONES REBOZADOS CON ENSALADA	MERLUZA AL HORNO CON TOMATE ALIÑADO FILETE RUSO CON PATATAS CHIPS	CARRILLERAS DE CERDO CON PURÉ DE PATATAS MUSLO DE POLLO CON CIRUELAS
	POSTRE	FRUTA GELATINA	MANZANA AL HORNO YOGURT	FRUTA FLAN CASERO	FRUTA YOGURT	SORBETE DE MANDARINA FRUTA	FRUTA YOGUR	PROFITEROLES HELADO

SOPAR	PRIMER	SOPA DE CALDO GUISANTES SALTEADOS CON JAMON	JUDIAS VERDES CON PATATAS Y BACON CREMA DE ZANAHORIA	CREMA DE CALABACIN ESPINACAS A LA CATALANA	ENSALADILLA RUSA SOPA DE ESTRELLITAS	SOPA DE CALDO CON FIDEOS PARRILLADA DE VERDURAS	CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES SOPA DE PESCADO	CREMA DE VERDURAS ESPARRAGOS VERDES Y CALABACIN PLANCHA
	SEGON	MUSLO POLLO HORNO CON CALABACIN TORTILLA ATÚN CON ENSALADA	TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ENSALADA CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA	CREPE DE JAMON Y QUESO CON VERDURAS SALTEADAS MUSLO DE PAVO AL HORNO CON ENSALADA	TORTILLA DE CALABACIN CON SALSAS TOMATE BIQUINI CON PATATAS FRITAS	EMPANADILLAS DE ATUN CON ENSALADA TORTILLA DE BERENJENA CON VERDURAS	CALABACIN RELLENO DE ATÚN PAN CON TOMATE Y SURTIDO EMBUTIDOS	TOSTADAS CON ESCALIVADA Y ANCHOAS CON ENSALADA TORTILLA DE GAMBAS CON ENSALADA
	POSTRE	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	GELATINA YOGURT	FRUTA YOGURT