

MENÚ Primavera/verano dieta BASAL 1 Del 30 junio al 6 julio



		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISABTE	DIUMENGE
MENJAR	PRIMER	ENSALADA DE ALUBIAS ARROZ TRES DELICIAS	VICHYSOISE 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 CON BERENJENA REBOZADA 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 REDONDO DE TERNERA CON PIMIENTOS	MUSLO DE POLLO A LA NATA CON ENSALADA CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA	MERLUZA AL HORNO CON TOMATE ALIÑADO FILETE RUSO CON PATATAS CHIPS	MUSLO DE POLLO CON CIRUELAS CARRILLERAS DE CERDO CON PURE DE PATATAS
	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	CREMA DE ZANAHORIA JUDIAS VERDES CON PATATAS Y BACON	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 SOPA DE CALDO CON GALETS
	SEGON	TORTILLA ATÚN CON ENSALADA MUSLO POLLO HORNO CON CALABACIN	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ENSALADA	CREPE DE JAMON Y QUESO CON VERDURAS SALTEADAS MUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA	TORTILLA DE CALABACIN CON SALSAS TOMATE BIQUINI CON PATATAS CHIPS	EMPANADILLAS DE ATUN CON ENSALADA TORTILLA DE BERENJENA CON VERDURAS	CALABACION RELLENO DE ATÚN PAN CON TOMATE Y SURTIDO EMBUTIDOS	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA TOSTADAS CON ESCALIVADA Y ANCHOAS CON ENSALADA
	POSTRE	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	GELATINA YOGURT	FRUTA YOGURT