

MENÚ Primavera/Verano· dieta BASAL 4 Del 15 al 21 setiembre



		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISABTE	DIUMENGE
MENJAR	PRIMER	GUISANTES SALTEADOS CON JAMON AGUACATE RELLENO DE ENSALADILLA RUSA	ESPAGUETIS A LA CARBONARA ALUBIAS BLANCAS CON SETAS Y ESPINACAS	ENSALADA DE GARBANZOS MACARRONES GRATINADOS	GAZPACHO ENSALADA DE ARROZ	FIDEOS A LA CAZUELA ENSALADA DE LENTEJAS	ARROZ A LA CUBANA VERDURAS A LA PLANCHA	ENSALADILLA RUSA ENSALADA COMPLETA
	SEGON	MUSLO DE POLLO GUISADO CON Salsa DE TOMATE CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA	MERLUZA AL HORNO CON PATATAS PANADERAS POLLO A LA CERVEZA CON PATATAS	ALBONDIGAS A LA JARDINERA SAN JACOBO CON DADOS DE PATATA	LASAÑA DE CARNE BACALAO CON SANFAINA	MERLUZA AL VAPOR CON VERDURITAS SALCHICHAS CON Salsa DE TOMATE Y PATATAS FRITAS	HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS PECHUGA DE POLLO REBOZADO CON PATATAS FRITAS	RAPE REBOZADO CON PATATAS FRITAS PAVO AL AJILLO CON ARROZ BLANCO
	POSTRE	FRUTA YOGURT	FRUTA MANZANA AL HORNO	FRUTA YOGURT	HELADO FRUTA	YOGURT FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA YOGURT	PIÑA EN SU JUGO TARTA DE TIRAMISÚ

SOPAR	PRIMER	SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y PICATOSTES PASTEL DE VERDURAS	SOPA DE CALDO CON PISTONES VICHYSOISE	JUDIA VERDES CON PATATA SOPA JULIANA	CREMA DE ZANAHORIA REVUELTO DE ESPARRAGOS CON JAMON	MENESTRA DE VERDURAS CON HUEVO ESCALFADO CREMA DE CALABACIN Y PUERRO	CREMA DE CALABAZA ESCALIVADA CON ATUN Y TOSTADA	BROCOLI CON ZANAHORIA Y PATATA AL VAPOR PASTA CON Salsa DE QUESO
	SEGON	TORTILLA DE JAMON CON ENSALADA BIQUINI CON PATATAS CHIPS	CROQUETAS DE JAMON CON ENSALADA TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO	EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO CON ENSALADA TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA	CROQUETAS DE POLLO CON CALABACIN TOSTADAS CON JAMON SERRANO Y QUESO CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA PAN CON TOMATE Y SURTIDO DE EMBUTIDOS	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA SALMON CON PATATAS AL HORNO
	POSTRE	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	FRUTA YOGURT	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA