

MENÚ DE VERANO; SEMESTRAL

MENÚ N.º 5

ALMUERZOS			CENAS		
Día	Dieta Hipocalórica	Dieta Pasado	Día	Dieta Hipocalórica	Dieta Pasado
LUNES	1º Ensalada tropical	1º Pasado de verduras variadas	LUNES	1º Tomate al horno	1º Crema de calabacín con huevo
	2º Merluza al horno con verduras	2º Vegetal de verduras con meluza		2º Tortilla de calabacín	
	P. Fruta de temporada	P. Fruta pasada		P. Yogurt	P. Yogurt
Alérgenos	1º	1º	Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.	P.		P.	P.
MARTES	1º Lentejas con arroz	1º Lentejas con arroz triturado	MARTES	1º Pipirrana	1º Crema de marisco
	2º Filetes de pollo en salsa	2º Pasado de pollo y verduras		2º Cazón al horno	
	P. Helado	P. Helado		P. Fruta de temporada	P. Fruta pasada
Alérgenos	1º	1º	Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.	P.		P.	P.
MIÉRCOLES	1º Sopa de picadillo	1º Sopa de tomate	MIÉRCOLES	1º Perrito caliente	1º Pasado de salchichas frescas con tomate
	2º Pisto con huevo frito	2º Crema de brócoli con huevo		2º Ensalada simple	
	P. Fruta de temporada	P. Fruta triturada		P. Fruta de temporada	P. Fruta pasada
Alérgenos	1º	1º	Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.	P.		P.	P.
JUEVES	1º Ensalada completa	1º Pasado de verduras variadas	JUEVES	1º Ensalada de espinacas	1º Crema de espinacas con tilapia
	2º Albóndigas con tomate y patata fritas	2º Vegetal con ternera		2º Tilapia	
	P. Flan	P. Flan		P. Manzanas al horno	P. Manzana al horno
Alérgenos	1º	1º	Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.	P.		P.	P.
VIERNES	1º Ensalada de pasta	1º Vegetal con pasta	VIERNES	1º Ensalada de alcachofas	1º Crema de alcachofas con huevo
	2º Rosada a la plancha	2º Pasado de rosada en salsa con verduras		2º Huevos al plato	
	P. Fruta de temporada	P. Fruta pasada		P. Piña en su jugo	P. Piña en su jugo
Alérgenos	1º	1º	Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.	P.		P.	P.
SÁBADO	1º Ensalada de arroz	1º Vegetal con arroz	SÁBADO	1º Ensalada de judías verdes	1º Crema de judías verdes con lomo
	2º Nugget de pollo	2º Crema de puerro con pavo		2º Lomo al whisky	
	P. Macedonia de fruta	P. Macedonia triturada		P. Yogurt	P. Yogurt
Alérgenos	1º		Alérgenos	1º	1º
	2º			2º	
	P.			P.	P.
DOMINGO	1º Ajo-Blanco	1º Ajo blanco	DOMINGO	1º Pasta al pesto rojo	1º Vegetal con pasta con queso rallado
	2º Tortilla de patatas y ens. de pimientos	2º Crema de guisantes con huevo		2º Ens. de tomate, queso y aceitunas	
	P. Arroz con leche	2º Batido de arroz con leche		P. Fruta de temporada	P. Fruta pasada
Alérgenos			Alérgenos		