

MENÚ

LUNES 27
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Crema de verduras y judías



Albóndigas con salsa Tikka Masala



arroz



Fruta



CENA

Sopa de estrellitas



Tortilla de espinacas



Salteado de papas y champiñones



Fruta



La salsa **Tikka Masala**  es típica de la India.
Está hecha con tomate, especias y yogur o nata.



MENÚ

MARTES 22
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Lentejas



Pollo árabe



Ensalada de remolacha y naranja



Yogur



CENA

Crema de batata y acelgas



Quiche Lorraine



Fruta



SIN LACTOSA



La **Quiche Lorraine**  es una tarta salada.
Está hecha con huevo, nata, queso y beicon.



MENÚ

MIÉRCOLES 23
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Caldo de papas



Churros de pescado



Ensalada de berros



Fruta



CENA

Salteado de pasta con dados pavo
y verduras glaseadas en ajos y miel



fruta



DIETA



MENÚ

JUEVES 24
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Potaje de col



Chuletas con chimichurri



Papas sancochadas



Fruta



DIETA



CENA

Ensalada con garbanzos aliñada



Croquetas de jamón al horno



Gelatina



DIETA



El **Chimichurri**  es una salsa hecha con aceite, ajo, perejil y especias.



MENÚ

VIERNES 25
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Crema de zanahorias y calabacín



Arroz con pescado y verduras



Fruta



CENA

Sopa de verduras



Tortilla francesa con queso y tomates



Tarta de cumpleaños



MENÚ

SÁBADO 26
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Ensalada caribeña de papaya



Pollo asado con ajo y lima



Fruta



CENA

Bocadillo de pata con vegetales



Yogur y fruta



MENÚ

DOMINGO 27
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Puré hortelano



Pescado al mojo verde



Papas arrugadas



Fruta



CENA

Salpicón de legumbres



Huevo sancochado



Fruta



MENÚ

LUNES 28
DE SEPTIEMBRE



ALMUERZO

Potaje de la abuela



Pasta con salsa de tomate y atún



Fruta



CENA

Hamburguesas al horno



Ensalada de espinacas, alubias y aguacate

Fruta

