



Menú Sugerencias para Cenas y Fines de Semana

Febrero 2019

Sugerencia para comida

Sugerencia para cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1 Papas con Palitos de pechuga y pollo, zanahoria, Calabacín, puerro y ajo con salsa a la plancha <i>Pan-Fruta-Leche</i>	4 Judías verdes con tomate y cebolla (rebozados) Tortilla de queso <i>Pan-Fruta</i>	3 Ensaladilla con patata, zanahoria, guisante, cebolla, maíz, tomate, melón y mayonesa <i>Pan-Fruta-Leche</i>	2 Sopa juliana Pavo al limón <i>Pan-Fruta-Leche</i>	1 Brócoli al horno Sardinitas asadas <i>Pan-Fruta-Leche</i>	2 Pasta con salsa pesto de espinacas/Fruta Ensalada Mixta-Pizza 4 estaciones <i>Fruta-Leche</i>	3 Arroz con conejo/Fruta Pastel de salmón <i>Fruta</i>
2 Puré de patata y leche <i>Pan-Fruta</i>	5 Huevos escalfados <i>Pan-Fruta-Yogur</i>	6 Hervido de acelga, patata, cebolla, zanahoria con sardinas en aceite <i>Pan-Fruta</i>	7 Lubina al horno con patatas y verduras <i>Pan-Fruta-Leche</i>	8 Tostas de lombarda en juliana, con atún natural y mayonesa <i>Fruta-Yogur</i>	9 Berenjenas rellenas/Pan-fruta Crepes de espárragos verdes, zanahoria y queso <i>Fruta</i>	10 Menestra de verduras y bacalao/Pan-fruta Tomate natural con ajito-Libritos caseros (lomo y <i>Fruta</i>
11 Ensalada mixta Flamenguines caseros <i>Fruta</i>	12 Revuelto de setas, champiñón y jamón <i>Pan-Fruta-Leche</i>	13 Sopa de fideos Boquerones con tomate natural <i>Fruta</i>	14 Crema de verduras Quesito fresco con membrillo <i>Pan-Fruta</i>	15 Verduras al horno Empanada de atún <i>Fruta-Leche</i>	16 Estofado de cordero/Pan-Fruta Patatas rellenas con jamón, queso <i>Fruta</i>	17 Pasta con verduras/Fruta Hamburguesa casera completa <i>Fruta</i>
18 Puré de calabaza Redondo de ternera <i>Pan-Fruta</i>	19 Salmón en papillote (con tiras de zanahoria, puerro, pimiento, y tomate) <i>Pan-Fruta-Leche</i>	20 Ensalada mixta Lacón a la gallega (aceite y pimentón) <i>Pan-Fruta-Leche</i>	21 Sopa de pescado Kouajitas de mozzarella y tomate natural con aceite y albahaca <i>Pan-Fruta</i>	22 Ensalada de maíz, piña, lechuga y manzana Calamares a la romana <i>Pan-Fruta</i>	23 Fideuá a la marinera/Pan-Fruta Burritos con Paltos de pechuga de pollo, zanahoria, Calabacín, puerro y pimiento <i>Fruta-Yogur</i>	24 Paella marinera/Pan-Fruta Sopa de verdura-Lenguado <i>Pan-Fruta-Yogur</i>
25 Lombarda con manzana Pollo a la plancha <i>Pan-Fruta</i>	26 Champiñones a la crema Tortilla de acelgas <i>Pan-Fruta</i>	27 Sopa de pescado Guisantes con jamón <i>Pan-Fruta-Yogur</i>	28 Sopa de verduras Pescado blanco al vapor <i>Pan-Fruta-Yogur</i>	29 Cremas de calabacín Berenjenas fritas <i>Pan-Fruta</i>	30 Pescado con verduras al horno/Pan-Yogur Canelones de carne/Pan-Fruta	31 Carne con verduras/Pan-Fruta Canelones de carne/Pan-Fruta

