

Desayunos

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Pan integral tostado con AOVE, galletas o cereales sin azúcares añadidos
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Meriendas

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
Bocadillo integral, galletas y/o cereales con o sin cacao
Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Cenas

lunes

martes

miércoles

jueves

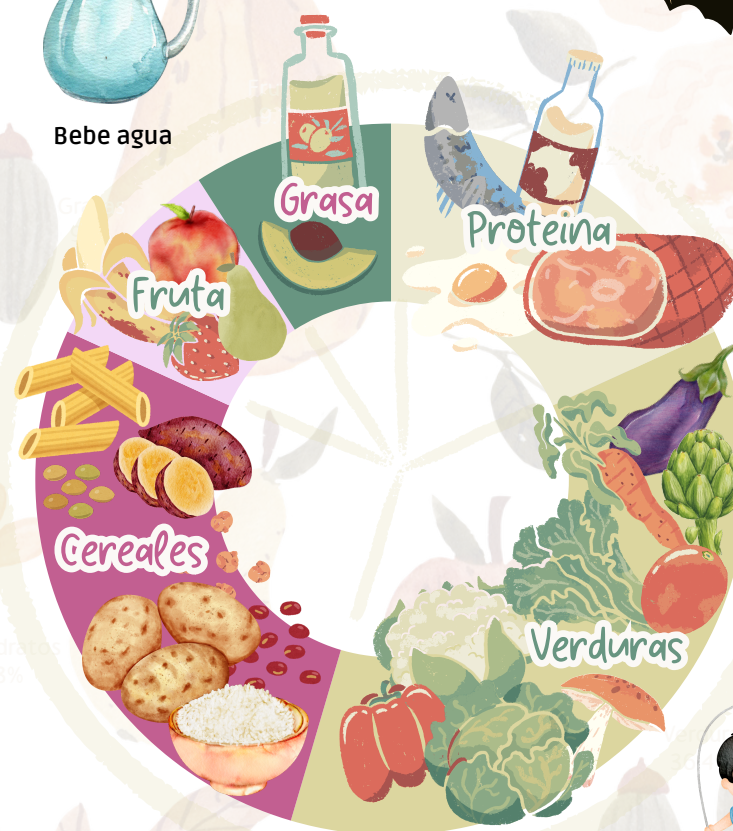
viernes

			01 Crema de calabaza Hamburguesa de pollo en salsa	02 Paninni casero de atún
05 Ensalada de tomate y atún Tortilla francesa de queso	06 Alitas de pollo y ensalada de pico de gallo	07 Pizza de carne con base de coliflor	08 Salmón a la plancha con dados de boniato	09 Merluza y guisantes rehogados con cebollita
FESTIVO 12 	13 Nuggets de pollo caseros con salsa de tomate	14 Dorada al limón con ensalada israelí	15 Acelgas salteadas con huevo y jamón	16 Ensalada Hamburguesa de pescado
19 Filete de ternera a la plancha con bastones de batata	20 Solomillo de pavo en salsa con champiñones	21 Ensalada Quiché de espinacas	22 Sepia al ajillo con chips de calabacín	23 Empanadillas de atún con pisto
26 Tortilla de jamón york con ensalada mediterránea	27 Sopa de fideos con lomos de pescado al horno	28 Ensalada de arroz, pavo y queso	29 Crema de zanahoria Lacón al horno	30 Fish & chips caseros

Los menús son supervisados por Dietistas-Nutricionistas. Se dispone de las fichas de los platos a disposición del consumidor.



Bebe agua



No olvides moverte



ESCANEA nuestro código QR para descubrir la receta de NUESTRA RECETA de cada mes

