

SIN LEGUMBRES
**SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7	8	9
12 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Merluza a la plancha con verduras Fruta	13 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras con pasta de maíz Pollo al horno con patatas Fruta	14 Ensalada fresca de temporada Quinoa especiada Lomo** en salsa permitida con pasta de maíz Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Guisado de sepia y rape con patatas y zanahoria Huevos revueltos con jamón Fruta	16 Rulito de jamón cocido* y queso Crema de verduras Fajita de maíz con ingredientes permitidos Yogur
19 Ensalada fresca de temporada Pasta de maíz con tomate Magro** en salsa permitida con verduras Fruta	20 Chips de remolacha Guiso de verduras y arroz Tortilla de queso con ensalada Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta de maíz Cocido permitido (pollo, patatas y verduras) Fruta	22 Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras Abadejo al horno con verduras Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pechuga a la plancha con patatas Yogur
26 Ensalada fresca de temporada Champiñones salteados Lomo** plancha con patatas Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Pasta de maíz con napolitana Salmón al horno con zanahoria Fruta	28 Ensalada fresca de temporada Crema de calabaza Magro** con salsa permitida con quinoa Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Paella de pollo** Merluza al horno con verduras Fruta	30 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta de maíz Longanizas con verduras** Yogur

