

SIN GUIANTES

ENERO 2019

SIN GUIANTES					ENERO 2019				
		MARTES 8		MIÉRCOLES 9		JUEVES 10		VIERNES 11	
		Sopa de arroz Albóndigas de pollo en salsa Patatas panaderas Pan Yogurt		Lentejas estofadas Lenguado en salsa alicantina Calabacines salteados Pan Yogurt		Macarrones napolitana Salchichas de pollo al vino Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca		Arroz con pollo Merluza a la marinera Tomate aliñado Pan Fruta fresca	
LUNES 14		MARTES 15		MIÉRCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
Patatas con temera Merluza en salsa alicantina Ensalada de tomate Pan Fruta fresca		Puchero de garbanzos Salchichas de pollo al vino Patatas dados Pan Fruta fresca		Arroz con tomate Buñuelos de bacalao Ensalada de maíz Pan Yogurt		Fideos a la marinera Pollo asado Judías verdes Pan Yogurt		Alubias con verduras Tortilla de atún Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca	
LUNES 21		MARTES 22		MIÉRCOLES 23		JUEVES 24		VIERNES 25	
Cocido de garbanzos Bacalao con tomate Patatas panaderas Pan Fruta fresca		Crema de zanahoria Pizza Tomate aliñado Pan Yogurt		Espaguetis napolitana Carne de cerdo mechada en salsa Ensalada de zanahoria Pan Yogurt		Lentejas con verduras Tortilla de patata Berenjenas salteadas Pan Fruta fresca		Paella Caella en adobo Ensalada de maíz Pan Fruta fresca	
LUNES 28		MARTES 29		MIÉRCOLES 30		JUEVES 31			
Crema de calabacín Lomo a la castellana Arroz salteado Pan Fruta fresca		Sopa de estrellitas Albóndigas de merluza en salsa Judías verdes Pan Fruta fresca		Berza gaditana Revuelto de patatas Zanahorias salteadas Pan Yogurt		Arroz a la marinera Lagrimitas de pollo empanadas Ensalada de tomate Pan Yogurt			

Menú revisado por Lourdes Casado Osuna · Diplomada en Nutrición Humana y Dietética · Nº Socio ADUNDA AND-00221