


<i>¿Qué comemos hoy?</i>	<i>Què mengem hui?</i>	<i>What are we eating today?</i>	<i>Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?</i>	
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			Día 1 Jueves Santo	Día 2 Viernes Santo
Día 5	Día 6	Día 7	Día 8	Día 9
PASCUA	PASCUA	PASCUA	PASCUA	PASCUA
Día 12 San Vicente Ferrer	Día 13	Día 14	Día 15	Día 16
	Arroz a la cubana con huevo frito. Pechuga de pavo. Ensalada. Plátano. Dieta (4)	Lentejas con arroz. Lomos de bacalao con salsa verde. Ensalada. Naranja. Dieta (5)	Crema de calabacín. Hamburguesa con patatas al horno. Ensalada. Piña al natural. Dieta (2)	Fideuà. Lubina a la plancha. Ensalada. Manzana. Dieta (1)
Día 19	Día 20	Día 21	Día 22	Día 23
Canelones. Pavo y queso. Ensalada. Manzana. Dieta (4)	Crema de verduras. Longanizas con pisto de verduras Ensalada. Plátano. Dieta (3)	Lentejas riojanas. Tortilla de patata. Ensalada. Naranja. Dieta (1)	Sopa cubierta. Hamburguesa de pavo con ensalada. Pera. Dieta (2)	Potaje de garbanzos. Croquetas de pescado. Ensalada. Fresas. Dieta (5)
Día 26	Día 27	Día 28	Día 29	Día 30 Bon appétit
Macarrones a la boloñesa. Nuggets de pollo. Ensalada. Manzana. Dieta (3)	Sopa de fideos con garbanzos. Pizza casera de jamón york, beicon y queso. Ensalada. Plátano. Dieta (2)	Lentejas con verduras. Merluza al horno con patatas y cebolla. Ensalada. Naranja. Dieta (5)	Paella de pollo y conejo. Jamón serrano y queso. Ensalada. Natillas. Dieta (4)	jour français Raclette Omelette con Ratatouille Crêpe con sirope. Dieta (3)

- Menús de dietas:

- 1) Hervido y pescado plancha.
- 2) Sopa de fideos y pechuga pollo plancha.

- 3) Puré de verduras y pechuga pavo plancha.
- 4) Arroz blanco y fiambre (serrano, york, pavo o queso).
- 5) Patata y cebolla asada y pescado hervido.

ORIENTACIONES PARA LAS CENAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Día 1 Jueves Santo	Día 2 Viernes Santo
Día 5	Día 6	Día 7	Día 8	Día 9
PASCUA	PASCUA	PASCUA	PASCUA	PASCUA
Día 12 San Vicente Ferrer	Día 13	Día 14	Día 15	Día 16
	Espinacas salteadas con gambas. Rape en salsa con patatas. Fruta de temporada.	Brócoli al vapor. Chuletitas de cordero. Fruta temporada.	Ensalada de pasta con tomate, lechuga, zanahoria, huevo cocido y atún. Lenguado con tomate. Yogur.	Crema de verduras. Pizza casera con base de tomate, champiñones y york. Fruta de temporada.
Día 19	Día 20	Día 21	Día 22	Día 23
Hervido valenciano. Tortilla de atún. Fruta temporada.	Sopa de lluvia. Salmón al horno con base de patatas y cebolla. Fruta temporada.	Chuletas de pavo a la plancha con verduras braseadas. Fruta de temporada.	Revuelto de trigueros y gambas. Rodaballo con almejas. Fruta de temporada.	Patatas al horno. Fajitas de ternera y verduras. Fruta de temporada.
Día 26	Día 27	Día 28	Día 29	Día 30
Crema de zanahoria y patata. Tortilla francesa con queso. Fruta de temporada.	Pisto de verduras. Emperador a la plancha. Fruta de temporada.	Sopa de verduras. Pechuga de pollo a la plancha. Fruta de temporada.	Sopa de pescado. Lubina plancha con ensalada. Fruta de temporada.	Crema de calabaza. Librito de lomo casero con jamón york y queso. Fruta temporada.