

Sugerencias para cenas (Junio)

Técnico en dietética y nutrición: YOLANDA MARTÍN ARJONA

			jueves, 1 de junio de 17	viernes, 2 de junio de 17
			Filete de ternera a la plancha con ensalada de pimientos asados rojos y verdes Brocheta de bolitas de sandía y melón	Atún fresco a la plancha con champiñones Actimel de fresa
lunes, 5 de junio de 17	martes, 6 de junio de 17	miércoles, 7 de junio de 17	jueves, 8 de junio de 17	viernes, 9 de junio de 17
Huevos rellenos de atún con mayonesa con ensalada de manzana y nueces Melocotón en almíbar	Gazpacho Fajitas de pollo con verduritas y salsa de fajitas Macedonia de fruta	Espárragos con mayonesa Pijotas fritas con rodajas de tomate y taquitos de queso fresco Manzana asada al horno	Pechuguitas villaroy con salsa de tomate casera y patatas fritas Natillas caseras	Croquetas caseras de pollo con tomates asados en el horno rellenos de arroz tres delicias Gelatina de fresa
lunes, 12 de junio de 17	martes, 13 de junio de 17	miércoles, 14 de junio de 17	jueves, 15 de junio de 17	viernes, 16 de junio de 17
Tomate en rodajas con queso mozzarella y vinagre de Módena Filetes de sardinas asadas Yogurt de sabor	Revuelto de patatas, pimiento rojo y verde, cebolla y huevo sobre rebanada de pan payés Arroz con leche casero	Hamburguesa casera en pan con lechuga, cebolla, tomate y patatas a gajo Batido de fresas con leche casero	Calamares a la romana Ensalada de escarola con ajito frito Fruta natural	Libritos de cinta de lomo rellenos de jamón york y queso con ensalada de lacitos tricolor con salsa de yogurt Rodajas de piña en su jugo
lunes, 19 de junio de 17	martes, 20 de junio de 17	miércoles, 21 de junio de 17	jueves, 22 de junio de 17	viernes, 23 de junio de 17
Ensalada de judías verdes con patatas y bacalao frito y desmigado Cuajada con nueces picadas	Tortilla de espinacas y gambas con tomate aliñado Membrillo con queso fresco y miel	Mero frito con salsa mahonesa con ensalada de patata cocida, huevo y atún Zumo de naranja natural	Solomillo de cerdo con cebolla confitada y patatas fritas Brochetas de fruta natural	Huevos rellenos de atún con mayonesa con ensalada de manzana y nueces Fruta natural