



# Menú Sugerencias para Cenas y Fines de Semana (LF)

Diciembre 2018

Sugerencia para comida

Sugerencia para cena

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
26 Ensalada mixta Pollo con tomate <i>Pan-Yogur</i>	27 Revuelto de judías verdes Pescado a la plancha <i>Pan-Fruta-Leche</i>	28 Guisantes con pavo Croquetas <i>Pan-Fruta</i>	29 Ensalada de tomate Cazón marinado <i>Pan-Fruta-Leche</i>	30 Sopa con quinoa Tosta de salmón y tomate <i>Pan-Fruta-Leche</i>	1 <b>Lasaña vegetal/Pan-fruta</b> Brócoli gratinado con salsa de queso <i>Pan-Fruta</i>	2 <b>Cordero al horno y ensalada</b> Ensalada-Huevos rellenos <i>Pan-Fruta-Leche</i>
3 Burritos con Palitos de pechuga de pollo, zanahoria, Calabacín, puerro y pimiento rojo a la plancha <i>Fruta-Leche</i>	4 Judías verdes con tomate y cebolla (cocinados) Tortilla de queso <i>Pan-Fruta</i>	5 Ensaladilla con patata, zanahoria, guisante, cebolla, maiz, tomate, melva y mayonesa <i>Pan-Fruta-Leche</i>	6 Sopa juliana Pavo al limón <i>Pan-Fruta-Leche</i>	7 Brócoli al horno Sardinitas asadas <i>Pan-Fruta-Leche</i>	8 <b>Pasta con salsa pesto de espinacas/Fruta</b> Ensalada Mixta-Pizza 4 estaciones <i>Fruta-Leche</i>	9 <b>Arroz con conejo/Fruta</b> Pastel de salmón <i>Fruta</i>
10 Puré de patata y leche Ternera a la plancha <i>Pan-Fruta</i>	11 Huevos escalfados Guainición de guisantes al ajillo <i>Pan-Fruta-Yogur</i>	12 Crema de acelgas Salchichas de pavo al vino <i>Pan-Fruta</i>	13 Lubina al horno Patatas panaderas y pimiento rojo al horno <i>Pan-Fruta-Leche</i>	14 Tostas de lombarda en juliana, con atún natural y mayonesa <i>Fruta-Yogur</i>	15 <b>Berenjenas rellenas/Pan-fruta</b> Crepes de espárragos verdes, zanahoria y queso <i>Fruta</i>	16 <b>Menestra de verduras y bacalao/Pan-fruta</b> Tomate natural con ajito-Libritos caseros (lomo y <i>Fruta</i>
17 Ensalada mixta Flamenquines caseros <i>Fruta</i>	18 Revuelto de setas, champiñón y jamón <i>Pan-Fruta-Leche</i>	19 Sopa de fideos Boquerones con tomate natural <i>Fruta</i>	20 Crema de verduras <i>Pan-Fruta</i>	21 Verduras al horno <i>Fruta-Leche</i>	22 <b>Estofado de cordero/Pan-Fruta</b> Patatas rellenas con jamón, queso <i>Fruta</i>	23 <b>Pasta con verduras/Fruta</b> Hamburguesa casera completa <i>Fruta</i>
24 <b>ESPECIAL NOCHEBUENA</b>	25 Ensalada con espárragos troceados Pescado azul <i>Pan-Yogur</i>	26 Acelgas rehogadas con patata Quesito fresco <i>Pan-Fruta</i>	27 Sopa de verdura y sémola Croquetas caseras <i>Fruta-Leche</i>	28 Crema de calabacín Huevo cocido con mayonesa <i>Pan-Fruta</i>	29 <b>Lentejas estofadas/Pan-Fruta</b> Hamburguesa casera completa <i>Fruta</i>	30 <b>Arroz a la cubana con salchichas/Pan-Fruta</b> Judías verdes con cebolla-Pescado <i>Pan-Fruta</i>

