

FEBRERO 2018

DIETA
BASAL

1º				JUEVES 1 Fabada Asturiana	VIERNES 2 Arroz con bacalao
2º				Tortilla de calabacín	Cinta de lomo con patatas
POSTRE				Fruta	Lácteo
1º	LUNES 5 Sopa de ave con pistones	MARTES 6 Crema de calabaza y puerros	MIÉRCOLES 7 Arroz a banda	JUEVES 8 Lentejas guisadas con verduras	VIERNES 9 Fideua
2º	Bacalao a la riojana	Albóndigas de ternera en salsa de guisantes	Hamburguesa de ternera al horno	Abadejo en salsa verde	Tortilla francesa con jardinera de verduras
POSTRE	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Postre especial
1º	LUNES 12 Patatas guisadas con carne	MARTES 13 Sopa de picadillo con huevo duro	MIÉRCOLES 14 Garbanzos con espinacas	JUEVES 15 Arroz al horno	VIERNES 16 Canelones de espinacas
2º	Filete de merluza con judías verdes	Lomo de cerdo con zanahoria	Hamburguesa de pollo con salteado de verduras	Tortilla de atún	Escalope de Pollo con salsa de champiñón
POSTRE	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo
1º	LUNES 19 Crema de verduras	MARTES 20 Arroz a la asturiana	MIÉRCOLES 21 Sopa de cocido con fideos	JUEVES 22 Macarrones con bacón	VIERNES 23 Lentejas a la hortelana
2º	Cordón bleu con salteado rústico	Bacalao a la riojana	Muslo de pollo al curry	Merluza en salsa verde	Tortilla de patata
POSTRE	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta
1º	LUNES 26 Sopa de ajo con panceta	MARTES 27 Paella Valenciana	MIÉRCOLES 28 Judías blancas marineras		
2º	Ragout de ternera	Filete de merluza a la jardinera	Abadejo con tomate		
POSTRE	Lácteo	Fruta	Lácteo		