FEBRERO 2018

DIETA
SIN LACTOSA

1º				JUEVES 1 Alubias blancas guisadas	VIERNES 2 Arroz con bacalao
2º				Pechuga de pollo	Cinta de lomo cerdo
POSTRE				Fruta	Fruta
1º	LUNES 5 Sopa de ave con pistones	MARTES 6 Crema de calabaza y puerros	MIÉRCOLES 7 Arroz a la campesina	JUEVES 8 Lentejas guisadas con verduras	VIERNES 9 Espinacas con patatas
2º	Bacalao con patatas	Escalope de pollo con pisto	Filete de merluza con patatas dado	Abadejo en su jugo	Filete de magro con verduras salteadas
POSTRE	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Postre
1º	LUNES 12 Patatas guisadas con carne	MARTES 13 Sopa de ave con fideos	MIÉRCOLES 14 Garbanzos con espinacas	JUEVES 15 Arroz con champiñones y pollo	VIERNES 16 Pasta al ajillo con pimientos
2º	Filete de merluza con judías verdes	Cinta de lomo fresca con zanahoria bastón	Escalope de pollo al horno	Bacalao en su jugo	Alitas de pollo al ajillo con zanahoria baby
POSTRE	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta
1º	LUNES 19 Crema de verduras	MARTES 20 Arroz con verduras	MIÉRCOLES 21 Sopa de ave con fideos	JUEVES 22 Macarrones en salsa de tomate	VIERNES 23 Lentejas a la hortelana
2º	Cinta de lomo fresca con salteado rustido	Bacalao a la riojana	Muslo de pollo asado	Merluza en salsa verde	Abadejo en salsa
POSTRE	Lácteo	Fruta	Lácteo	Fruta	Lácteo
1º	LUNES 26 Paella Valenciana	MARTES 27 Sopa de ajo	MIÉRCOLES 28 Judías blancas marineras		
2º	Filete de merluza con jardinera	Escalopin de ternera al horno	Abadejo con tomate		
POSTRE	Fruta	Lácteo	Fruta		