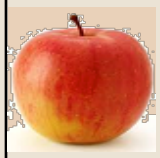
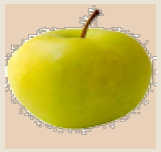
ENERO 2018 DIETA INTOLERANCIA MES DE LA MANZANA

serunion educa

	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
1º 2º POSTRE	FESTIVO				
1º 2º POSTRE	LUNES 8 Crema de verduras Escalopin de ternera al horno Fruta	LUNES 9 Arroz con verduras Bacalao a la riojana Fruta	MIÉRCOLES 10 Sopa de ave con fideos Muslo de pollo asado Fruta	JUEVES 11 Macarrones en salsa de tomate Merluza en salsa verde Fruta	VIERNES 12 Lentejas a la hortelana Cimta de lomo horno Fruta
1º 2º POSTRE	LUNES 15 Paella de verduras Filete de merluza con verduritas Lácteo	MARTES 16 Sopa de ajo Escalopin de ternera Fruta	MIÉRCOLES 17 Lentejas con puerros Pescado Horno Lácteo	JUEVES 18 Crema de espárragos Jamoncitos de pollo con patatas horno Manzana	VIERNES 19 Espaguetis con champiñones y tomate Estofado de pavo con verduritas Lácteo
1º 2º POSTRE	LUNES 22 Macarrones con salsa de tomate y puerros Bacalao a la riojana Fruta	MARTES 23 Crema de calabacín Cinta de lomo fresca con patatas horno Lácteo	MIÉRCOLES 24 Arroz con bacalao Muslo de pollo al horno Lácteo	JUEVES 25 Alubias blancas guisadas Pescado Horno Fruta	VIERNES 26 Arroz con bacalao Filete de merluza con macedonia de verduras Lácteo
1º 2º POSTRE	LUNES 29 Sopa de ave con pistones Bacalao con patatas Fruta	MARTES 30 Crema de calabaza y puerros Escalope de pollo con pisto Fruta	MIÉRCOLES 31 Arroz a la campesina Filete de merluza con patatas Fruta	 	

Comer bien, vivir mejor