



PROPUESTA DE CENAS

LUNES

- CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA
- HUEVO REVUELTO CON CHAMPIÑON Y JAMÓN SERRANO

2

MARTES

- BRÓCOLI GRATINADO
- MUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS ASADOS

3

MIÉRCOLES

- ROLLITOS DE CALABACÍN Y JAMÓN AL HORNO
- CALAMARES ROMANA CON ALI OLI CASERO

4

JUEVES

- SALTEADOS DE ESPÁRRAGOS TRIGUEROS CON GAMBAS Y HUEVO
- ESCALOPINES DE TERNERA AL AJILLO

5

VIERNES

- ENSALADA CON CABALLA
- PIZZA CASERA CON DADITOS DE PAVO Y CHAMPIÑONES

6



9

- SOPA JULIANA CON PASTA
- PALOMETA CON TOMATE

- CREMA DE COLIFLOR CON QUESO
- TOSTA INTEGRAL DE HUEVOS REVUELTOS CON AGUACATE

10

11

- BERENJENA RELLENA GRATINADA CON COUS COUS SALTEADO

- CREMA DE ESPINACAS
- TORTILLA DE JAMÓN YORK CON ENSALADA DE CANÓNICOS

12

- ENSALADA GRIEGA PEPINO Y FETA
- PASTA CON SALSA DE TOMATE Y SALCHICHAS FRESCAS

13

16

- LOMBARDA SALTEADA CON MANZANA Y BACON
- GALLO A LA ANDALUZA CON ENSALADA

- ACELGAS REHOGADAS CON PATATA Y ZANAHORIA
- ALITAS DE POLLO AL LIMÓN HORNEADAS

17

18

- PISTO DE VERDURAS
- HUEVOS FRITOS CON PATATAS DADO

- GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN SERRANO
- HAMBURGUESA CASERA DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE

19

- HUMMUS CON PALITOS DE ZANAHORIA
- FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS

20

23

- PARRILLADA DE VERDURAS
- FILETE DE RODABALLO AL HORNO CON PATATAS

- JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN
- CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA CON TOMATES CHERRY

24

25

- ESPÁRRAGOS TRIGUEROS A LA PLANCHA
- HUEVOS ROTOS CON JAMÓN

- BRÓCOLI AL VAPOR CON AOVE
- COSTILLAS ASADAS AL HORNO CON BONIATO ASADO

26

- CONSOMÉ
- SÁNDWICH INTEGRAL VEGETAL CON HUEVO

27

