



SUGERENCIAS PARA CENAS

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| <u>LUNES</u> Sopa de letras Pescado a la plancha Yogurt | <u>MARTES</u> Crema calabacín Cinta de lomo empanada Fruta y leche | <u>MIÉRCOLES</u> Puré verduras Tortilla francesa Yogurt | <u>JUEVES</u> Sopa de fideos Pollo en salsa Fruta y leche | <u>VIERNES</u> Ensalada de lechuga Tostadita de Jamón con tomate Fruta y leche |
| <u>LUNES</u> Sopa de estrellas Pescado empanado Fruta y leche | <u>MARTES</u> Puré de verduras Filete de ternera Yogurt | <u>MIÉRCOLES</u> Crema de puerros Pollo a la plancha Fruta y leche | <u>JUEVES</u> Sopa de fideos Tortilla francesa de jamón york Yogurt | <u>VIERNES</u> Ensaladilla rusa Fruta y leche |
| <u>LUNES</u> Sopa de fideos Pescado plancha Fruta y leche | <u>MARTES</u> Puré de patata y zanahoria Cinta de lomo a la plancha Yogurt | <u>MIÉRCOLES</u> Crema calabacín Tortilla francesa Fruta y leche | <u>JUEVES</u> Sopa de arroz Filete de pollo a la plancha Yogurt | <u>VIERNES</u> Ensalada campera Fruta y leche |
| <u>LUNES</u> Sopa de letras Pescado empanado Fruta y leche | <u>MARTES</u> Puré de legumbre Filete de ternera Yogurt | <u>MIÉRCOLES</u> Crema de puerros Muslitos de pollo en salsa Fruta y leche | <u>JUEVES</u> Sopa de estrellas Tortilla francesa de jamón york Yogurt | <u>VIERNES</u> Ensalada de tomate Sándwich mixto Fruta y leche |

