

RECOMENDACIONES CENAS ENERO 2020

Colegio Bristol

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		-----	-----	-----
6	7	8	9	10
-----	-----	Verduras a la plancha Pechuga de pavo Fruta/yogur/gelatina sabores	Pisto manchego Croquetas de bacalao Fruta/yogur/gelatina sabores	Calabacines rellenos Sardinas al horno Fruta/yogur/gelatina sabores
13	14	15	16	17
Crema de calabaza Trasero de pollo Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de verduras Lubina al horno Fruta/yogur/gelatina sabores	Brócoli rehogado Filete de ternera Fruta/yogur/gelatina sabores	Berenjenas asadas Lacón a la gallega Fruta/yogur/gelatina sabores	Puré de patata Atún a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores
20	21	22	23	24
Coliflor rehogada Filetes de pavo Fruta/yogur/gelatina sabores	Salteado de verduras Pechuga de pollo Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de calabacín Mero con ensalada Fruta/yogur/gelatina sabores	Judías verdes Filete de ternera Fruta/yogur/gelatina sabores	Sopa de verduras Caballa a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores
27	28	29	30	31
Alcachofas gratinadas Cinta de lomo Fruta/yogur/gelatina sabores	Puré de zanahoria Rape a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de verduras Pechuga de pavo con ensalada Fruta/yogur/gelatina sabores	Espinacas con bechamel Chuleta de Sajonia Fruta/yogur/gelatina sabores	Sopa de cebolla Lenguado a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores