

RECOMENDACIONES CENAS SEPTIEMBRE 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		6 Menestra Ternera jardinera Fruta/yogur	7 Crema de verdura Pollo al curry Fruta/yogur	8 Porrusalda Sardinas con tomate asado Fruta/yogur
11 Guisantes salteados Pollo asado Fruta/yogur	12 Champiñones con jamón Salmón con limón Fruta/yogur	13 Crema de calabacín Pollo a la mostaza Fruta/yogur	14 Espinacas a la crema Rotti de pavo con tomate Fruta/yogur	15 Ensalada de aguacate Empanada Fruta/yogur
18 Brócoli con zanahoria Lubina en salsa Fruta/yogur	19 Menestra Ternera empanada con ensalada Fruta/yogur	20 Crema de calabacín Tortilla de atún Fruta/yogur	21 Ensalada Pollo con pure de calabaza Fruta/yogur	22 Judías verdes con gambas Lacon gallega Fruta/yogur
25 Crema de verduras Chuletas de pavo con pimientos Fruta/yogur	26 Menestra de verduras Sardinas asadas Fruta/yogur	27 Berenjenas gratinadas Huevos al plato con pisto Fruta/yogur	28 Espaguetis de calabacín con queso Salmón con soja Fruta/yogur	29 Crema de calabaza Tortilla patata Fruta/yogur