

RECOMENDACIONES CENAS DICIEMBRE 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Pisto Salmón salsa champiñones Fruta/yogur
4 Judías verdes Dorada en papillote Fruta/yogur	5 Champiñones con jamón Chuleta de pavo al ajillo Fruta/yogur	8 Crema de calabacín Dorada a la plancha Fruta/yogur	9 Espinacas a la crema Solomillitos de pollo con pimientos Fruta/yogur	10 Ensalada de aguacate Empanada de bonito Fruta/yogur
11 Menestra Merluza en salsa Fruta/yogur	12 Judías verdes Muslitos de pollo con tomate Fruta/yogur	13 Pisto manchego Huevos rellenos Fruta/yogur	14 Ensalada aguacate Sardinas provenzal Fruta/yogur	15 Crema de calabacín Ternera guisada Fruta/yogur
18 Crema de verduras Rotti pavo con pimientos Fruta/yogur	19 Porrusalda Salmón con soja Fruta/yogur	20 Berenjenas gratinadas Pollo con verduritas Fruta/yogur	21 Repollo con zanahoria Huevo al plato con tomate Fruta/yogur	22 Ensalada de tomate Pollo agridulce Fruta/yogur