

## RECOMENDACIONES CENAS Julio 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Fruta/yogur	1 Ensalada campera Merluza en salsa Fruta/yogur	2 Pisto manchego Huevos al plato Fruta/yogur	3 Ensalada judías verdes Hamburguesa pavo Fruta/yogur	4 Salteado de verdura Pollo a la naranja Fruta/yogur
7 Ensalada mixta Pollo con puré manzana Fruta/yogur	8 Salmorejo Dorada al limón Fruta/yogur	9 Judías verdes con cebolla Tortilla de espinacas y queso Fruta/yogur	10 Vichysoise Calamares guisados Fruta/yogur	11 Espárragos con gambas Quiche de espinacas Fruta/yogur
14 Menestra Pollo a la naranja Fruta/yogur	15 Crema de remolacha Salmón naranja Fruta/yogur	16 Ensalada de alubias Rotti pavo Fruta/yogur	17 Trigueros con jamón Tortilla con cebolla Fruta/yogur	18 Tomate aliñado Empanada bonito Fruta/yogur
21 Graten de verduras Hamburguesa con champiñones Fruta/yogur	22 Gazpacho Muslitos de pollo con verduras Fruta/yogur	23 Pisto Huevos a la plancha con ensalada Fruta/yogur	24 Judías verdes con tomate Boquerones al horno Fruta/yogur	
28 Ensalada mixta Tartar de salmon y aguacate Fruta/yogur	29 Gazpacho Revuelto de ajetes y jamón Fruta/yogur	30 Coliflor al curry Albondigas con manzana Fruta/yogur		