



Se procurará cenar al menos 1:30 h antes de acotarse,.  
Es especialmente aconsejable que el niño/a tome fruta en la merienda.

# M e n u

## Cenas



**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

1ª SEMANA

- 1. Ensalada Mixta
- 2. Pastel de verduras o tortilla de verduras

- 1. Alcachofas con mayonesa.
- 2. Huevos con bechamel con ensalada de lechuga y zanahoria.

- 1. Crema de calabaza con AOVE.
- 2. Pechuga de pavo al curry c/ champiñones salteados.

- 1. Macarrones salteados c/ setas.
- 2. Bacalao con verduras al papillote.

- 1. Ensaladilla Rusa.
- 2. Filete de pollo en c/ tomates cherry asados.

2ª SEMANA

- 1. Arroz salteados c/setas.
- 2. Huevos a la plancha c/ ensalada

- 1. Pimientos asados c/ patatas asadas.
- 2. Rabas de calamar horneadas c/ ensalada

- 1. Espinacas a la crema (nata y queso).
- 2. Pechuga de pavo a la plancha c/ ensalada de col.

- 1. Sopa de verduras c/ pasta.
- 2. cintas de lomo a la plancha c/ brócoli.

- 1. Pure de coliflor con AOVE.
- 2. Lenguadina al horno con ajo, perejil y cahmpiñón.

3ª SEMANA

- 1. Salmorejo. o tomates asados con pan tostado.
- 2. Pechuga pavo a la plancha con ensalada de millo.

- 1. Crema de calabacín con AOVE.
- 2. marrajo a la plancha con ensalada lechuga, maí y limón.

- 1. Ensalada Mixta con queso y huevo.
- 2. Hamburguesa casera de ternera o pollo o mixta.

- 1. Pimientos asados con patatas panaderas.
- 2. Salchichas de pavo a la plancha.

- 1. Espirales de calabacín, cebolla y tomate.
- 2. Tortilla francesa con queso tomate, orégano y jamón cocido.

4ª SEMANA

- 1. Huevos revueltos con verduras y jamón.
- 2. Calabacín relleno de boloñesa de carne.

- 1. Crema de puerros con AOVE.
- 2. Cuscús con garbanzos y verduras.

- 1. Espárragos gratinados.
- 2. Tacos de Abadejo al horno con limón y patatas al horno.

- 1. Aguacates con tomates cherrys.
- 2. Tortilla española.

- 1. Ensalada de col.
- 2. Hamburguesa de lentejas con queso.