

B Cenas

M e n ú

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1ª SEMANA

1. Verduras salteada para las;
2. Fajitas de pollo con queso fresco de cabra y guacamole.

1. Ensalada variada.
2. Tortilla francesa de calabacín puerro y jamón serrano.

1. Sopa de pasta con caldo de verduras,
2. Salchichas de pavo o pollo a la plancha con tomate.

1. Crema de berros o verduras.
2. Medallones de merluza con ajo y perejil..

1. Papas al horno.
2. Brochetas de ternera y verduras al horno.

2ª SEMANA

1. Crema calabaza y con AOVE y pipas de girasol.
2. Bacalao rebozado.

1. Coliflor gratinada con bechamel y atún.
2. Pechuga de pollo a la plancha.

1. Huevos rellenos con lechuga y atún y mayonesa.
2. Tostada de humus con rúcula.

1. Ensalada de patata y verduras.
2. Pechuga de pavo a la plancha.

1. Pure de coliflor con AOVE.
2. Lenguado al horno con ajo, perejil y champiñón.

3ª SEMANA

1. Pimientos asados con patatas panaderas.
2. Fogonero al papillote con verduras y limón.

1. Tortilla Española..
2. Con ensalada de tomates cherrys y aguacate..

1. Espirales con calabacín, cebolla y tomate.
2. Merluza a la plancha, con ensalada lechuga, maíz y limón.

1. Pisto de tomate con verduras
2. Lomo al horno con huevo a la plancha..

1. Crema de verdura CON AOVE y pipas de calabaza.
2. Hamburguesas de espinacas y pollo.

4ª SEMANA

1. Brócoli gratinado al alioli al pimentón con jamón serrano.
2. 1 Rollito de jamón cocido con queso fresco.

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

1. Berenjena rellena con carne de pollo y ternera, pimiento, cebolla y ajo. Gratinada con bechamel y queso..

1. Sopa de pasta con caldo de carne
2. Muslito de pollo al horno..

1. Fajitas de ensalada con atún, maíz, pimiento, cebolla y aguacate.

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