

# ABRIL 2020 - DIETA BASAL

950 273 911



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Hervido de verduras (patata, judía verde, zanahoria, calabacín) Tortilla de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta variada	Alubias estofadas con verduras Bacalao frito con ensalada de lechuga y cebolla Fruta variada	Berza Salchichas al vino con calabacín salteado Fruta variada	Estofado de carne Merluza en salsa verde con guisantes Fruta variada	Crema de calabacín Magra en salsa con patatas dado Yogur	Sopa de pescado con fideos Varitas de merluza Fruta variada	Olla gitana Pollo guisado en salsa de verduras Fruta variada
6	7	1	2	3	4	5
Olla gitana Cazón frito con pisto de verduras Fruta variada	Guisillo de pollo Albóndigas de pollo a la jardinera Fruta variada	Crema de calabaza y zanahoria Asado de pollo con patatas panadera Fruta variada	Cocido andaluz Merluza en salsa de zanahorias con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta variada	Paelia mixta Lomo encebollado con ensalada de lechuga y pepino Yogur	Lentejas estofadas con chorizo Merluza en salsa de vino blanco con zanahorias Fruta variada	Crema de verduras Albóndigas de pollo a la jardinera Fruta variada
13	14	8	9	10	11	12
Alubias blancas estofadas con chorizo Varitas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta variada	Sopa de pescado con fideos Merluza en salsa de tomate Fruta variada	Crema de verduras Merluza a la romana con salteado de verduras Fruta variada	Cocido andaluz Tortilla de verduras con ensalada de remolacha y lechuga Fruta variada	Migas con guarnición (pescado frito, pimientos, chorizo y morcilla) Ensalada completa Yogur	Fideuá Pollo en salsa con verduras Fruta variada	Paelia mixta Merluza en salsa de tomate Fruta variada
20	21	22	23	24	25	26
Lentejas estofadas con pollo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas laminadas Fruta variada	Macarrones con pisto de verduras Cazón en adobo con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla Fruta variada	Berza Salchichas al vino con calabacín salteado Fruta variada	Estofado de carne Merluza en salsa verde con guisantes Fruta variada			
27	28	29	30			

**CUI)AL**  
faam