



RECOMENDACIONES CENAS OCTUBRE 2018



LUNES 1 SOPA HUEVO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MARTES 2 VERDURA JAMÓN COCIDO CON TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA LÁCTEO	MIÉRCOLES 3 VERDURA PESCADO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	JUEVES 4 PESCADO AL HORNO CON PATATAS Y VERDURITAS ENSALADA FRUTA LÁCTEO	VIERNES 5 SOPA TORTILLA CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO
LUNES 8 CREMA HUEVO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MARTES 9 VERDURA PESCADO AZUL CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MIÉRCOLES 10 VERDURA PESCADO AZUL CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	JUEVES 11 SOPA PESCADO COCIDO CON PATATA COCIDA FRUTA LÁCTEO	VIERNES 12 VERDURA TORTILLA CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO
LUNES 15 VERDURA PESCADO AZUL CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MARTES 16 SOPA EMPANADA CASERA CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MIÉRCOLES 17 ESPINACAS A LA CREMA TORTILLA FRUTA LÁCTEO	JUEVES 18 VERDURA PESCADO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	VIERNES 19 VERDURA HÍGADO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO
LUNES 22 CREMA PESCADO AZUL CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MARTES 23 ENSALADA DE ARROZ CALLAMARES PLANCHA FRUTA LÁCTEO	MIÉRCOLES 24 VERDURA HUEVO CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	JUEVES 25 PESCADO AL HORNO CON VERDURAS ENSALADA FRUTA LÁCTEO	VIERNES 26 ENSALADA VARIADA TORTILLA MACEDONIA DE FRUTA NATURAL FRUTA LÁCTEO
LUNES 29 VERDURA TORTILLA CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO	MARTES 30 ENSALADA DE PASTA PESCADO AZUL FRUTA LÁCTEO	MIÉRCOLES 31 VERDURA CROQUETAS CASERAS CON ENSALADA FRUTA LÁCTEO		

menicon