


MENÚ SEMANAL PARA AGOSTO


SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Ensalada de escarola y manzana Tiras de terneza con arroz salvaje Sandía	Sopa de melón Trucha a la navarra Melocotón	Salmorejo blanco Pavo al limón Nectarina	Ensalada de pasta Conejo en escabeche Sandía	Melón con jamón Arroz del pescador Cuajada	Ensalada campera Parrillada de sardinas Melón	Gazpacho de fresones Cabrito asado Helado de yogur
CENA	Ensalada de apio y zanahoria Crepes de setas y queso rulo Yogur	Trigueros salteados Quiche de brócoli Vaso de leche	Ensalada de endibias Champiñones rellenos de jamón Yogur	Puré de patata Flamenquines Albaricoque	Revuelto de ajetes Croquetas de gambas Ciruelas	Ensalada de tomate y mozzarella Pastel de verduras Melocotón	Ensalada de tomate Tosta de Iacón con huevo Paraguayo
SEMANA 2							
COMIDA	Ensalada de espárragos Patatas con bacalao Melón	Ensalada de judías Albóndigas con tomate Melocotón	Ajoblanco Merluza a la vizcaína Sandía	Salsiki Rollitos de pollo al horno Paraguayo	Pencas de acelga con jamón Lasaña frío de bonito Albaricoque	Melocotones rellenos de ensaladilla Dorada a la sal Melón	Ensalada de lechuga Bonito encebollado Horchata
CENA	Ensalada de aguacate y tomate Tortilla de patata Yogur	Ensalada de tomatitos Lirios con pasas Vaso de leche	Guisantes con jamón Empanadillas de setas y gambas Yogur	Ensalada mixta Huevos a la florentina Yogur	Vichysoise Sandwich mixto Ciruela	Ensalada de rúcula Pizza de salchicha y espinacas Yogur	Crema de champiñones Piadina de cecina Albaricoque
SEMANA 3							
COMIDA	Gazpacho de sandía Berenjena rellena de tofu y verduras Nectarina	Ensalada de cuscús con menta Trucha al horno Albaricoque	Ensalada de lentejas Cinta de lomo Ciruela	Guisantes con gambas Salmón al papillote Melocotón	Lacitos fríos con crema de queso Aletas de pollo Melón	Gazpacho de lechuga Paella mixta Sandía	Crema fría de aguacate Conejo al oporto Helado de limón
CENA	Sopa de tomate con queso fresco Tortilla de berenjena Yogur	Ensalada César Empanada de picadito Melocotón	Crema fría de remolacha Brochetas de pescados Yogur	Ensalada de cogollos Parmigiana de berenjena Nectarina	Sopa de zanahoria Sardinas a la cazuela Yogur	Ensalada de soja Rollitos California Albaricoque	Tigres Revuelto de espinacas Yogur
SEMANA 4							
COMIDA	Alicachofas a la plancha Bonito en fritada Melocotón	Patatas en salsa verde Secreto ibérico Albaricoque	Ensalada de arroz Txipirones en tinta Paraguayo	Gazpacho suave Jurel al horno Sandía	Espirales con mejillones Tofu en salsa de verduras Nectarina	Ensalada de espárragos Pimientos rellenos de arroz y carne Melón	Ensalada de rabanitos Carrileras ibéricas a la brasa Helado de requesón
CENA	Ensalada de espinacas Muslito a la miel Nectarina	Sopa de calabacín Tortilla de bacalao Yogur	Ensalada de canónigos Empanadillas de berenjena y cebolla Melón	Crema fría de verduras Tosta de setas y jamón Yogur	Tabla de quesos Rabas de Calamar Albaricoque	Ensalada de brotes Atún teriyaki Yogur	Crema de aguacate y pepino Salmonetes Melocotón
SEMANA 5							
COMIDA	Tomates rellenos de quinoa y atún Palometa a la plancha Melón	Garbanzos con menta y mozzarella Lechazo al horno Sandía	Champiñones rellenos Sepia a la plancha Paraguayo				
CENA	Sopa de arroz Anchoas rebozadas Yogur	Ensalada de manzana Tortillas de camarones Albaricoque	Crema fría de setas Pollo a la cerveza Yogur				