

MENU SEMANAL PARA AGOSTO

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA		Gazpacho de cerezas Sardinas a la pancha Kaki	Espárragos gratinados Arroz con gambas Paraguay	Melocotones rellenos de ensaladilla Filete ruso con feta Sandía	Melón con jamón Calamares en su tinta Melón	Gazpacho de piña Fideguá Sorbete de lima	Ensalada mixta Barbacoa de pescado Melocotón
CENA		Aguacate con salmón Pastel de verduras Yogur	Espinacas con ricotta Huevo al plato Vaso de leche	Crema de acelgas y pecorino Empanadillas de atún Quesito con membrillo	Ensalada de zanahoria y pepino Sandwich de seitán y tomate Yogur	Vichyssoise Perrito caliente Pera	Ensalada de tomate Tortilla de berenjena Yogur
SEMANA 2							
COMIDA	Salmorejo Pota con patatas Paraguay	Judías con tomate Patata rellena de carne Melón	Ensalada de lentejas Cinta de lomo Sandía	Ensalada de lechuga Espaguetis con pesto Nectarina	Gazpacho de sandía Boquerones Melocotón	Ensalada de tomate Marmitako Helado de pera	Sopa de fresas y requesón Ternera guisada Paraguay
CENA	Acelgas con requesón Tosta de jamón Yogur	Ensalada de canónigos Quiche de bacalao y puerro Albaricoques	Brócoli al vapor Rabas Yogur	Ensalada de tomate Tortilla de patata Queso fresco	Ensalada de lechuga Pastel de merluza Yogur	Sopa fría de pepino Seitán en salsa Manzana	Tomate con mozzarella Tortilla de espinacas y pasas Melocotón
SEMANA 3							
COMIDA	Ensalada de garbanzos Chicharro al horno Pera	Arroz con tomate Salchicha al vino Manzana	Alcachofas guisadas Carrillera a la plancha Nectarina	Huevos rellenos Palometa en salsa Sandía	Ensalada campera Filete de ternera Melocotón	Sopa de melón Arroz negro Helado de nectarina	Tomates rellenos Pollo al limón Sorbete de fresa
CENA	Ensalada de aguacate Pizza vegetal Yogur	Crema de manzana y puerro Empanada de lomo Vaso de leche	Ensalada de canónigos Tortilla francesa con queso crema Melón	Ensalada verde Canelones fríos de atún Yogur	Crema de guisantes Merluza a la plancha Pera	Salsiki Filetes rusos Yogur	Gazpacho suave Pantumaca y cecina Yogur
SEMANA 4							
COMIDA	Guisantes con panceta Pimientos rellenos de arroz Pera	Espinacas con piñones Lasaña fría de bonito Paraguay	Ensaladilla Milanesa de pollo Albaricoques	Ensalada de alubias blancas Gallo a la plancha Sandía	Cucús tabulé Croquetas de picadillo Melocotón	Ensalada de pepino Conejo con mostaza Albaricoques	Gazpacho de calabacín Paella mixta Cerezas
CENA	Ensalada de zanahoria y pepino Milhoja de berengena Vaso de leche	Espárragos con mahonesa Pastel de carne Yogur	Crema de zanahoria Croquetas de arroz Melocotón	Salmorejo sin pan Empanada de espinacas y requesón Yogur	Guisantes Alitas de pollo Pera	Guacamole Tacos de cochinita pibil Yogur	Ensalada mixta Lasaña de berenjena Nectarina
SEMANA 5							
COMIDA	Repollo a la riojana Pechuga villarroy Melón	Coliflor gratinada Sardinas con tomate Melocotón	Garbanzos con piña Hamburguesa de tofu Nectarina	Ajoblanco Solomillo de cerdo asado Cerezas			
CENA	Tomate con sal Pastel de patata y salchicha Yogur	Crema de calabaza y jengibre Crepe de setas y bacalao Vaso de leche	Ensalada de tomate Tortilla de coliflor y parmesano Yogur	Gazpacho de sandía Quiche de jamón y queso Vaso de leche			