


	lunes 26	martes 27	miércoles 28	jueves 29	viernes 30
Primero	Tortellini cuatro quesos	Puré de verduras	"Trampó "	Arroz con tomate y	Pizza
Segundo	Hamburguesa con ensalada y tomate	Buñuelos de bacalao con tomate aliñado	Canelones	Merluza empanada con ensalada variada	Salchichas con patatas chips
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas de chocolate	Fruta de tempotrada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Quinoa con garbanzos y atún. Fruta</i>	<i>Estofado de carne. Fruta</i>	<i>Filete de pescado blanco con verduras asadas. Fruta</i>	<i>Huevos rellenos con aguacate. Fruta</i>	<i>Ensalada de arroz integral con tofu marinado, tomate y cebolla. Fruta</i>

La fruta de este mes es: sandía, melón, pera, plátano ,manzana, albaricoque,melocoton. Todos los menús van acompañados de pan moreno.El aceite que se utiliza para freir es alto oleico.



Verónica Fernández Cortés.  
 Colegiada IB/00164  
 Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164