



SUGERENCIAS DE CENAS NOVIEMBRE



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	4	5	6	7
Nuggets de merluza caseros con puré de patatas y boniato FRUTA. AGUA	Huevo al plato con patata dado y taquitos de jamón FRUTA. AGUA	Salmón a la plancha con espárragos FRUTA. AGUA	Sopa de estrellitas Lenguado con ajoperejil FRUTA. AGUA	Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA
10	11	12	13	14
Fajitas de york con queso con ensalada FRUTA. AGUA	Salmón con nata sobre patatas panadera FRUTA. AGUA	Crema de zanahoria con solomillo de pavo a la plancha FRUTA. AGUA	Jamoncitos de pollo a las hierbas con verduras asadas FRUTA. AGUA	Pizza casera FRUTA. AGUA
17	18	19	20	21
Rollitos de salmón, queso de untar y aguacate FRUTA. AGUA	Crema de verduras con pechuga de pavo a las especias FRUTA. AGUA	Sopa de letras con pescado encebollado sobre puré de patatas FRUTA. AGUA	Arroz de brócoli con pollo y huevo cocido FRUTA. AGUA	Nugget caseros con ensalada variada FRUTA. AGUA
24	25	26	27	28
Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA	Crema de zanahoria con lenguado al horno FRUTA. AGUA	Huevo al plato con patata dado y taquitos de jamón FRUTA. AGUA	Merluza a la plancha sobre espaguetis de zanahoria y calabacín FRUTA. AGUA	Sándwich vegetal con atún FRUTA. AGUA

