

SUGERENCIAS DE CENAS ENERO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	ENERO 1	2
Fajitas de york con queso con ensalada FRUTA. AGUA	Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA	NOCHE VIEJA	Sopa de letras con pescado encebollado sobre puré de patatas FRUTA. AGUA	Huevo al plato con patata dado y taquitos de jamón FRUTA. AGUA
5	6	7	8	9
Huevo al plato con patata dado y taquitos de jamón FRUTA. AGUA	DÍA DE REYES Roscón de reyes con chocolate caliente	Crema de calabaza con solomillo de pavo a la plancha FRUTA. AGUA	Jamoncitos de pollo a las hierbas con verduras asadas FRUTA. AGUA	Pizza casera FRUTA. AGUA
12	13	14	15	16
Rollitos de salmón, queso de untar y aguacate FRUTA. AGUA	Crema de verduras con pechuga de pavo a las especias FRUTA. AGUA	Sopa de fideos con salmón encebollado FRUTA. AGUA	Arroz de brócoli con pollo y huevo cocido FRUTA. AGUA	Nugget caseros con ensalada variada FRUTA. AGUA
19	20	21	22	23
Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA	Crema de zanahoria con lenguado al horno FRUTA. AGUA	Salmón con nata sobre patatas panadera FRUTA. AGUA	Merluza a la plancha sobre espaguetis de zanahoria y calabacín FRUTA. AGUA	Sándwich vegetal con atún FRUTA. AGUA
26	27	28	29	30
Fajitas de york con queso con ensalada FRUTA. AGUA	Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA	Salmón a la plancha con espárragos FRUTA. AGUA	Sopa de estrellitas Lenguado con ajoperejil FRUTA. AGUA	Nuggets de merluza caseros con puré de patatas y boniato FRUTA. AGUA

