

C.E. ESPECIAL ALPE

ABRIL 2021 - HIPOCALORICO SIN CERDO



LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
	Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria 	Paella de verduras 	Macarrones con champiñón, guisante y pimiento rojo 	Crema de verduras 
	Hamburguesa de pollo a la plancha con calabacín salteado 	Calamares a la plancha con ensalada de tomate 	Tortilla de atún con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja 	Merluza al horno con guisantes 
	Fruta	Yogur natural 	Fruta	Fruta
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Sopa casera de pescado con fideos 	Alubias blancas estofadas con cebolla, ajo, puerro y zanahoria 	Crema de puerros 	Potaje de garbanzos con espinacas 	Arroz blanco con tomate
Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de tomate	Rape al horno con picada de ajo y perejil 	Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate, maíz y cebolla 	Muslo de pollo asado en su jugo	Palometa a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pepino 
Fruta	Fruta	Fruta	Actimel 	Fruta
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Espaguetis con gambas 	Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria 	Ensalada de lechuga, tomate, atún, maíz, queso fresco y zanahoria 	Hervido valenciano 	Alubias blancas con verduras 
Abadejo a la plancha con cebolla y zanahoria 	Jamón de pollo asado con hierbas provenzal con ensalada de tomate	Pavo estofado con verduras y patatas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con champiñón salteado 	Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga, tomate y maíz 
Fruta	Fruta	Yogur natural 	Fruta	Fruta
En todos los menus se incluye Agua y pan.				