

## Menú de comidas Octubre-Junio

### PRIMERA SEMANA

	<b>Primer plato</b>	<b>Segundo plato</b>
<b>Lunes</b>	Sopa de pescado	Filetes rusos de ternera y ensalada
<b>Martes</b>	Puré de verduras	Filete de Gallo y patatas
<b>Miércoles</b>	Lentejas estofadas	Tortilla de patatas
<b>Jueves</b>	Crema de espinacas	Pollo en su jugo con guarnición
<b>Viernes</b>	Judías blancas con chorizo	Lomos de merluza a la romana

### SEGUNDA SEMANA

	<b>Primer plato</b>	<b>Segundo plato</b>
<b>Lunes</b>	Coditos con tomate	Albóndigas de ternera en salsa
<b>Martes</b>	Potaje de garbanzos con espinacas	Croquetas caseras de pollo
<b>Miércoles</b>	Arroz con tomate	Revuelto de huevo con Jamón Y.
<b>Jueves</b>	Sopa de marisco	Redondo de pavo en salsa de zanahoria
<b>Viernes</b>	Puré de verduras	Lomos de merluza a la romana

### TERCERA SEMANA

	<b>Primer plato</b>	<b>Segundo plato</b>
<b>Lunes</b>	Crema de zanahoria	Filetes rusos de ternera con ensalada
<b>Martes</b>	Puré de lentejas	Filete de Gallo con patatas
<b>Miércoles</b>	Sopa de picadillo	Tortilla de patata y ensalada
<b>Jueves</b>	Puré de verduras	Pechuga de pollo con patatas panaderas
<b>Viernes</b>	Patatas con costilla	Filete de perca con ensalada

### CUARTA SEMANA

	<b>Primer plato</b>	<b>Segundo plato</b>
<b>Lunes</b>	Macarrones con tomate	Albóndigas de ternera en salsa
<b>Martes</b>	Puré de verduras	Lomos de merluza en salsa verde
<b>Miércoles</b>	Judías blancas con chorizo	Tortilla de espinacas
<b>Jueves</b>	Crema de calabacín	Pollo guisado con guarnición
<b>Viernes</b>	Sopa de cocido	Cocido con verduras y carne

### QUINTA SEMANA

	<b>Primer plato</b>	<b>Segundo plato</b>
<b>Lunes</b>	Crema de zanahoria	Filetes rusos de ternera y tomate
<b>Martes</b>	Lentejas con espinacas	Filete de perca en salsa
<b>Miércoles</b>	Sopa de pollo con arroz	Revuelto de huevo y salchichas
<b>Jueves</b>	Puré de verduras	Pechuga de pavo y patatas fritas
<b>Viernes</b>	Coditos con tomate	Lomo de cerdo con ensalada

### DESAYUNOS, POSTRES, MERIENDAS Y DIETAS

<b>Desayunos:</b>	Leche con cola-cao y galletas
<b>Postres:</b>	Frutas del tiempo, melocotón en almíbar, yogurt, leche, etc.
<b>Meriendas:</b>	Sándwiches y bollos de leche con Jamón Y., salchichón, queso, nocilla, paté, fruta, zumos, leche, etc.
<b>Menú de dieta:</b>	Arroz blanco con zanahoria y jamón de York o pescado.

