

# PROPUESTA DE CENAS PARA EL MES DE JULIO DE 2022



				VIERNES 1
				Tomate aliñado Filete de ternera al ajo Pan, agua y fruta
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Risotto Gambas al ajillo Pan, agua y lácteo	Patata al horno Pavo al ajillo Pan, agua y fruta	Acelgas rehogadas Corvina /dorada a la sal Pan, agua y macedonia	Lombarda con manzana y pasas Huevo revuelto Pan, agua y lácteo	Espinacas con piñones Empanadillas caseras Pan, agua y fruta
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Brócoli al vapor Brocheta de sepia y champiñones Pan, agua y lácteo	Habas con jamón Cinta de lomo Pan, agua y fruta	Alcachofas vinagreta Pastel de pescado Pan, agua y lácteo	Verduras salteadas Huevo a la plancha Agua y gelatina	Aguacate con tomate Fajita de jamón y queso Pan, agua y fruta
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Verduras salteadas Chopitos a la plancha Pan, agua y lácteo	Ensalada verde Pollo a la naranja Pan, agua y fruta	Sopa de sémola Lubina o gallo al horno Pan, agua y yogur con fruta	Crema de puerros Tortilla de queso Pan, agua y lácteo	Ensalada de tomate y atún Pizza casera Agua y fruta
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<b>FESTIVO</b>	Acelgas con pasas Berenjena rellenas Pan, agua y fruta	Verduras salteadas Dados de bacalao Pan, agua y lácteo	Pisto Huevo escalfado Pan, agua y batido de frutas.	Ensalada variada Croquetas caseras Pan, agua y fruta