DEL PUCHERO A CASA

Menú régimen · 18 – 24 de enero

Enero 2027 / Semana 4

Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22	Sábado 23	Domingo 24
Comida	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**
Primeros Alubias rojas con verdura **Segundos** Estofado de pollo con verduras **Postre** Fruta	**Primeros** Arroz blanco con tomate **Segundos** Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa **Postre** Yogur natural	**Primeros** Pisto **Segundos** Abadejo a la plancha en salsa suave **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de lechuga **Segundos** Filete de merluza al horno en salsa verde **Postre** Yogur natural	**Primeros** Macarrones salteados **Segundos** Jamoncitos de pollo en salsa **Postre** Fruta	**Primeros** Garbanzos con verdura **Segundos** Filete de merluza plancha con refrito **Postre** Yogur natural	**Primeros** Borraja **Segundos** Muslo de pollo asado con verduras **Postre** Fruta
Cena	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**
Primeros Crema vichyssoise **Segundos** Bacalao plancha en salsa suave **Postre** Yogur natural	**Primeros** Puré de verdura **Segundos** Lomo de merluza al horno en salsa suave **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de calabacín **Segundos** Tortilla de queso **Postre** Yogur natural	**Primeros** Sopa de fideo con ave **Segundos** Pechugas de pollo plancha en salsa **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de guisantes **Segundos** Tortilla de patata **Postre** Yogur natural	**Primeros** Crema de champiñones **Segundos** Carne guisada de ternera con verduras **Postre** Fruta	**Primeros** Sopa de letras con ave **Segundos** Huevos con tomate **Postre** Yogur natural