DEL PUCHERO A CASA

Menú régimen · 25 – 31 de enero

Enero 2027 / Semana 5

Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29	Sábado 30	Domingo 31
Comida	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**	**Comida**
Primeros Arroz blanco con tomate **Segundos** Filete de cabracho al horno **Postre** Fruta	**Primeros** Lentejas con verdura **Segundos** Pechugas de pollo plancha en salsa **Postre** Yogur natural	**Primeros** Guisantes rehogados **Segundos** Tortilla de jamón cocido **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de calabaza y zanahoria **Segundos** Filete de merluza plancha en salsa suave **Postre** Yogur natural	**Primeros** Alubias blancas con verdura **Segundos** Atún al horno en salsa suave **Postre** Fruta	**Primeros** Espaguetis blancos con tomate **Segundos** Estofado de ternera con verduras en salsa **Postre** Yogur natural	**Primeros** Crema vichyssoise **Segundos** Muslo de pollo asado con verduras **Postre** Fruta
Cena	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**	**Cena**
Primeros Puré de verdura **Segundos** Estofado de pollo con verduras **Postre** Yogur natural	**Primeros** Sopa de fideo con ave **Segundos** Filete de merluza plancha con refrito **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de espárragos **Segundos** Filete de platija al horno con zanahoria **Postre** Yogur natural	**Primeros** Sopa de letras con ave **Segundos** Tortilla de patata **Postre** Fruta	**Primeros** Crema de lechuga **Segundos** Huevos con bechamel **Postre** Yogur natural	**Primeros** Crema de guisantes **Segundos** Lomo de merluza al horno **Postre** Fruta	**Primeros** Sopa de tapioca **Segundos** Bacalao al horno en salsa verde **Postre** Yogur natural