



DIETA SIN SAL/SÉSAMO

ABRIL DE 2025

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>MARTES 1</u>	Puré de verduras	Jamoncitos de pollo con verduras
<u>MIÉRCOLES 2</u>	Endibias rellenas de cangrejo	Merluza a la gallega
<u>JUEVES 3</u>	Menestra de verduras rehogada	Lomo plancha
<u>VIERNES 4</u>	Espinacas salteadas	Tortilla de calabacín
<u>LUNES 7</u>	Champiñón rehogado con cebolla	Filete de pavo con zanahoria
<u>MARTES 8</u>	Salteado de arroz con verduras	Merluza plancha
<u>MIÉRCOLES 9</u>	Repollo al pimentón	Lomo plancha con padrón
<u>JUEVES 10</u>	Parrillada de verduras	Filete de pollo al ajillo
<u>VIERNES 11</u>		Tortilla de espinacas
<u>LUNES 14</u>	Guisantes con ajos y cebolla	Cazón al horno
<u>MARTES 15</u>	Cogollos de tudela con ventresca	Filete de limanda al horno
<u>MIÉRCOLES 16</u>	Ensalada de tomate y queso	Lomo al ajillo
<u>LUNES 21</u>	Arroz con verduras	Tortilla francesa
<u>MARTES 22</u>	Brocheta mixta de verduras	Jamoncitos de pollo en salsa
<u>MIÉRCOLES 23</u>	Crema de verduras frescas	Filete de pavo plancha con tomatitos
<u>JUEVES 24</u>	Coliflor rehogada con ajo	Rosada al horno
<u>VIERNES 25</u>	Tomates rellenos con crema de queso	Lomo asado con manzana
<u>LUNES 28</u>	Alcachofas salteadas	Tortilla francesa
<u>MARTES 29</u>	Ensalada campera	Merluza en salsa verde
<u>MIÉRCOLES 30</u>	Puré de zanahorias	Mero plancha

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes

