

SERAZTENDO

Ejemplo Semana

Menú Basal

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMIDA	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
	Patatas a la riojana	Acelgas ecológicas con patata rehogadas con ajo	Guisantes con jamón de Teruel	Lentejas IGP tierra de campos con verduras	Macarrones ecológicos con queso de El Burgo de Ebro	Cardo con salsa de almendras	Arroz del Pirineo Aragonés con costilla
	Merluza en salsa verde	Albóndigas al horno en salsa de zanahoria con cebolla y laurel	Estofado de pavo	Bacalao a la Vizcaína	Pollo al chilindrón	Ternera de Aragón asada con salsa de setas	Ventresca de merluza en salsa de calabacín
	Natilla vainilla	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt
CENA	Sopa juliana	Puré de verduras de temporada	Borraja ecológica con patata	Sopa de cocido	Menestra de verduras	Crema de calabaza ecológica con puerro y cúcuma	Brócoli al vapor con patata
	Fruta	Yogurt	Fruta	Flan	Fruta	Natilla chocolate	Fruta

SERAZTENDO

Ejemplo Semana

Menú Diabético-Hipocalórico

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMIDA	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
	Judías verdes ecológicas con patata	Acelgas ecológicas con patata rehogadas con ajo	Guisantes con jamón de Teruel	Lentejas IGP tierra de campos con verduras	Menestra de verduras	Cardo con salsa de almendras	Puré de garbanzos con verduras
	Merluza al horno	Ternera al horno en salsa de champiñones	Estofado de pavo con verduritas	Bacalao al horno	Pollo al chilindrón	Ternera de Aragón asada con salsa de setas	Ventresca al horno
	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt
CENA	Sopa juliana	Puré de verduras de temporada	Borraja ecológica con patata	Sopa de cocido	Espinacas con patata	Crema de calabaza ecológica con puerro y cúcuma	Brócoli al vapor con patata
	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta