

# SERAZTENDO

## Ejemplo Semana

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMIDA	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
	Patatas a la riojana	Lentejas a la jardinera	Borraja ecológica con patata	Arroz del pirineo con pescado	Acelgas ecológicas al estilo casero	Guisantes con jamón de Teruel	Espaguetis ecológicos a la carbonara
	Merluza a la Ondarresa	Albóndigas con salsa de almendras	Rape con espárragos trigueros en salsa verde	Tortilla de patata con jamón de Teruel	Estofado de pavo	Ternera del pirineo asada con patatas	Bacalao con tomate
	Fruta	Yogurt	Fruta	Flan de vainilla	Fruta	Natilla chocolate	Fruta
CENA	Crema de zanahorias ecológicas	Sopa juliana	Crema de puerros	Sopa castellana	Crema de calabacín	Sopa de cocido	Puré de verduras
	Natilla vainilla	Fruta	Cuajada	Fruta	Yogurt	Fruta	Flan de huevo