

DIETA PRINCIPAL

Hoy es lunes, de 22 de Abril	Hoy es martes, 23 de Abril	Hoy es miércoles, 24 de Abril	Hoy es jueves, 25 de Abril	Hoy es viernes, 26 de Abril
Primer plato: Arroz a la cubana.	Primer plato: Crema de verduras.	Primer plato: Lentejas.	Primer plato: Cocido completo.	Primer plato: Revuelto extremeño.
				
Segundo plato: Nuggets y ensalada.	Segundo plato: Panini y patatas.	Segundo plato: Bacalao al horno y berenjenas.	Segundo plato: Pringá.	Segundo plato: Merluza en salsa con picadillo de tomate.
				
Postre: Fruta.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Fruta.
				

DIETA BAJA EN CALORÍAS

Hoy es lunes, de 22 de Abril	Hoy es martes, 23 de Abril	Hoy es miércoles, 24 de Abril	Hoy es jueves, 25 de Abril	Hoy es viernes, 26 de Abril
Primer plato: Arroz a la cubana.	Primer plato: Crema de verduras.	Primer plato: Lentejas.	Primer plato: Cocido completo.	Primer plato: Revuelto de champiñones.
				
Segundo plato: Pollo y ensalada.	Segundo plato: Panini integral y patatas.	Segundo plato: Bacalao al horno y berenjenas.	Segundo plato: Pollo y ternera.	Segundo plato: Merluza en salsa con picadillo de tomate.
				
Postre: Fruta.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Fruta.
				