

Aexpainba		Menú Principal			MAYO 2023
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
01	02	03	04	05	
FIESTA	Primer plato: Crema de puerros fría (Vichisuá) Segundo plato: Albóndigas y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz a la cubana Segundo plato: Nuggets y ensalada. Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición. Segundo plato: Carne en salsa y patata asada Postre: Yogurt.	DÍA DEL CENTRO	
08	09	10	11	12	
Primer plato: Ensalada César Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz con pollo Segundo plato: Boquerones y picadillo. Postre: Fruta.	Primer plato: Pasta boloñesa Segundo plato: Pollo plancha y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada de garbanzos Segundo plato: Tortilla de patata y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Bacalao dorado. Segundo plato: Pollo asado y ensalada. Postre: Gelatina.	
15	16	17	18	19	
Primer plato: Arroz 3 delicias. Segundo plato: Bacalao con alioli y judías verdes Postre: Fruta.	Primer plato: Ensaladilla rusa. Segundo plato: Panini y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Empanada con tomate. Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Fruta.	Primer plato: Gazpacho con guarnición. Segundo plato: San Jacobos y patata panaderas. Postre: Yogurt.	Primer plato: Guisantes con jamón. Segundo plato: Adobo y ensalada. Postre: Fruta.	
22	23	24	25	26	
Primer plato: Ensalada de pasta. Segundo plato: Pollo al ajillo y judías verdes. Postre: Fruta	Primer plato: Ensalada cesar Segundo plato: Merluza y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Sopa de picadillo. Segundo plato: Tortilla de patata y fiambre Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Boquerones y patatas revueltas con huevo. Postre: Fruta.	Primer plato: Revuelto extremeño. Segundo plato: Lomo al horno y berenjenas. Postre: Gelatina.	
29	30	31	01	02	
Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Bacalao con mayonesa y calabacín. Postre: Fruta	Primer plato: Crema de verduras Segundo plato: Albóndigas y champiñones Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición Segundo plato: Tortilla de patata y fiambre. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensaladilla rusa. Segundo plato: Pollo asado y ensalada. Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada de garbanzos Segundo plato: Adobo y picadillo. Postre: Gelatina.	

Aexpainba		Menú Bajo en Calorías			MAYO 2023
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
01	02	03	04	05	
FIESTA	Primer plato: Crema de puerros fría (Vichisuá) Segundo plato: Lomo plancha y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz a la cubana Segundo plato: Pollo plancha y ensalada. Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición. Segundo plato: Carne en salsa y patata asada. Postre: Yogurt.	DÍA DEL CENTRO	
08	09	10	11	12	
Primer plato: Ensalada Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz con pollo Segundo plato: Pescado y picadillo. Postre: Fruta.	Primer plato: Pasta salteada. Segundo plato: Pollo plancha y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada de garbanzos Segundo plato: Tortilla francesa y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Bacalao dorado. Segundo plato: Pollo asado y ensalada. Postre: Gelatina.	
15	16	17	18	19	
Primer plato: Arroz 3 delicias. Segundo plato: Bacalao y judías verdes Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada campera. Segundo plato: Panini integral y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Empanada con tomate. Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Fruta.	Primer plato: Gazpacho con guarnición. Segundo plato: Lomo plancha y patata cocida. Postre: Yogurt.	Primer plato: Guisantes con jamón Segundo plato: Pescado y ensalada. Postre: Fruta.	
22	23	24	25	26	
Primer plato: Ensalada de pasta. Segundo plato: Pollo al ajillo y judías verdes. Postre: Fruta	Primer plato: Ensalada completa de pollo Segundo plato: Merluza y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Sopa de picadillo. Segundo plato: Tortilla francesa y fiambre Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Pescado y patatas revueltas con huevo Postre: Fruta.	Primer plato: Revuelto al gusto. Segundo plato: Lomo al horno y berenjenas. Postre: Gelatina.	
29	30	31	01	02	
Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Bacalao y calabacín. Postre: Fruta	Primer plato: Crema de verduras Segundo plato: Lomo plancha y champiñones Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición Segundo plato: Tortilla francesa y fiambre. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada campera. Segundo plato: Pollo asado y ensalada. Postre: Fruta.	Primer plato: Judías blancas Segundo plato: Pescado y picadillo. Postre: Gelatina.	