

DIETA PRINCIPAL

Hoy es lunes, 1 de mayo	Hoy es martes, 2 de mayo	Hoy es miércoles, 3 de mayo	Hoy es jueves, 4 de mayo	Hoy es viernes, 5 de mayo
FESTIVO	Primer plato: Crema de puerros fría (Vichisúá)	Primer plato: Arroz a la cubana	Primer plato: Salmorejo con guarnición.	DÍA DEL CENTRO
				
	Segundo plato: Albóndigas y champiñones.	Segundo plato: Nuggets y ensalada.	Segundo plato: Carne en salsa y patata asada	
				
	Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.	
				

DIETA BAJA EN CALORÍAS

Hoy es lunes, 1 de mayo	Hoy es martes, 2 de mayo	Hoy es miércoles, 3 de mayo	Hoy es jueves, 4 de mayo	Hoy es viernes, 5 de mayo
FESTIVO	Primer plato: Crema de puerros fría (Vichisúá)	Primer plato: Arroz a la cubana	Primer plato: Salmorejo con guarnición.	DÍA DEL CENTRO
				
	Segundo plato: Lomo plancha y champiñones.	Segundo plato: Pollo plancha y ensalada.	Segundo plato: Carne en salsa y patata asada	
				
	Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.	
				