

DIETA PRINCIPAL

Hoy es lunes, de 10 de Junio	Hoy es martes, 11 de Junio	Hoy es miércoles, 12 de Junio	Hoy es jueves, 13 de Junio	Hoy es viernes, 14 de Junio
Primer plato: Macarrones con atún.	Primer plato: Crema de puerros fría	Primer plato: Crema de calabacín	Primer plato: Arroz tres delicias	Primer plato: Gazpacho
				
Segundo plato: Lomo al horno y menestra de verduras	Segundo plato: Cazón en adobo y patatas.	Segundo plato: Caldereta de cerdo con ensalada	Segundo plato: Bacalao al horno y calabacín.	Segundo plato: Pollo asado y patata panadera
				
Postre: Fruta	Postre: Fruta	Postre: Yogurt	Postre: Fruta	Postre: Yogurt
				

DIETA BAJA EN CALORÍAS

Hoy es lunes, de 10 de Junio	Hoy es martes, 11 de Junio	Hoy es miércoles, 12 de Junio	Hoy es jueves, 13 de Junio	Hoy es viernes, 14 de Junio
Primer plato: Macarrones salteados	Primer plato: Crema de puerros fría	Primer plato: Crema de calabacín	Primer plato: Arroz tres delicias	Primer plato: Gazpacho
				
Segundo plato: Lomo al horno y menestra de verduras	Segundo plato: Pescado y patatas.	Segundo plato: Caldereta de cerdo con ensalada	Segundo plato: Bacalao al horno y calabacín.	Segundo plato: Pollo asado y patata panadera
				
Postre: Fruta	Postre: Fruta	Postre: Yogurt	Postre: Fruta	Postre: Yogurt
				