

Aexpainba		Menú Principal			JULIO 2023
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
03	04	05	06	07	
Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Merluza con mayonesa y ensalada Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada de garbanzos Segundo plato: Pollo al ajillo y patatas asada Postre: Yogurt.	Primer plato: Pasta boloñesa. Segundo plato: Tortilla patata y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición. Segundo plato: Pavías de bacalao con champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada César Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta.	
10	11	12	13	14	
Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Nuggets y ensalada Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada de pasta. Segundo plato: Pollo plancha y judías verdes Postre: Fruta.	Primer plato: Vichisuá. Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada campera Segundo plato: Lomo plancha y patata asada Postre: Fruta.	Primer plato: Bacalao dorado. Segundo plato: Boquerones y ensalada. Postre: Gelatina.	
17	18	19	20	21	
Primer plato: Ensalada de arroz. Segundo plato: Adobo con mayonesa y menestra. Postre: Fruta.	Primer plato: Ensaladilla rusa. Segundo plato: Panini y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Salmorejo con guarnición Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada garbanzos Segundo plato: Pollo asado y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Guisantes con jamón. Segundo plato: Carne con tomate y ensalada. Postre: Fruta.	
24	25	26	27	28	
Primer plato: Lentejas Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta	Primer plato: Ensalada cesar Segundo plato: Albóndigas y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz a la cubana Segundo plato: Nuggets y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Gazpacho con guarnición Segundo plato: Tortilla de patata y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Revuelto extremeño. Segundo plato: Pavía de bacalao y picadillo Postre: Gelatina.	

Aexpainba		Menú Bajo en Calorías			JULIO 2023
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
03	04	05	06	07	
Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Merluza y ensalada Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada de garbanzos Segundo plato: Pollo asado y patatas asada Postre: Yogurt.	Primer plato: Pasta salteada. Segundo plato: Tortilla patata y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Salmorejo con guarnición. Segundo plato: Bacalao con champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada completa Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta.	
10	11	12	13	14	
Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Lomo plancha y ensalada Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada de pasta. Segundo plato: Pollo plancha y judías verdes Postre: Fruta.	Primer plato: Vichisuá. Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Yogurt.	Primer plato: Ensalada campera. Segundo plato: Lomo plancha y patata asada Postre: Fruta.	Primer plato: Revuelto al gusto. Segundo plato: Pescado plancha y ensalada. Postre: Gelatina.	
17	18	19	20	21	
Primer plato: Ensalada de arroz. Segundo plato: Pescado plancha y menestra. Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada campera. Segundo plato: Panini y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Salmorejo con guarnición Segundo plato: Merluza y berenjenas. Postre: Fruta.	Primer plato: Ensalada garbanzos Segundo plato: Pollo asado y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Guisantes con jamón. Segundo plato: Carne con tomate y ensalada. Postre: Fruta.	
24	25	26	27	28	
Primer plato: Lentejas Segundo plato: Lomo al horno y calabacín. Postre: Fruta	Primer plato: Ensalada completa. Segundo plato: Albondigas y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz a la cubana Segundo plato: Pollo plancha y ensalada. Postre: Yogurt.	Primer plato: Gazpacho con guarnicion Segundo plato: Tortilla de patata y fiambre. Postre: Fruta.	Primer plato: Revuelto al gusto. Segundo plato: Bacalao al horno y picadillo Postre: Gelatina.	