



# JULIO

## PLAN DE VERANO



	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 5
LUN	FRUTA NATURAL	POTAJE DE LENTEJAS POLLO DESHUESADO AL HORNO (AJO Y PEREJIL) CON ENSALADA MIXTA FRUTA NATURAL	POTAJE DE BERROS REVUELTO DE PAPAS, ATUN Y VERDURAS CON ENSALADA DE BROTES DE SOJA FRUTA NATURAL	POTAJE DE VERDURAS ENSALADA CAMPERA FRUTA NATURAL	POTAJE DE ACELGAS Y GARBANZOS LOMO DE CERDO AL AJILLO CON ENSALADA MIXTA FRUTA NATURAL
MAR	SOPA DE PESCADO TACOS DE CERDO ENCEBOLLADOS CON ENSALADA DE AGUCATE FRUTA NATURAL	SOPA DE POLLO PESCADO AL HORNO CON PAPAS SANCOCHADAS Y MOJO ROJO FRUTA NATURAL	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO EN ADOBO CON ENSALADA CANARIA FRUTA NATURAL	SOPA CAMPESINA PESCADO (ABADEJO) AL HORNO CON ENSALADA DE PRIMAVERA FRUTA NATURAL	SOPA DE POLLO PESCADO AL HORNO CON PAPAS SANCOCHADAS Y MOJO ROJO FRUTA NATURAL
MI	CREMA DE CALABACINOS REVUELTO DE PAVO, PAPAS Y ZANAHORIA CON ENSALADA TROPICAL LACTEO	PURE DE BROCOLI ENSALADA DE PASTA LACTEO	PURE DE HABICHUELAS ARROZ AMARILLO CON PESCADO Y PORO LACTEO	PURE DE GARBANZOS PASTA INTEGRAL CON SALSA BOLOÑESA Y QUESO RAYADO LACTEO	PURE DE ESPARRAGOS REVUELTO DE PAVO, PAPAS Y ZANAHORIA CON ENSALADA DE AGUCATE LACTEO
JUE	SOPA DE VERDURAS PESCADO (ABADEJO) AL HORNO CON PAPAS SANCOCHADAS Y MOJO VERDE FRUTA NATURAL	CREMA DE GARBANZOS PAVO AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS CON HABICHUELAS Y ZANAHORIA BABY FRUTA NATURAL	SOPA DE POLLO PAVO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL ENSALADA DE COL FRUTA NATURAL	SOPA DE PESCADO POLLO DESHUESADO CON ZANAHORIAS BABY Y HABICHUELAS CON AJO Y PEREJIL FRUTA NATURAL	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS CALDERETA DE POLLO Y CERDURAS FRUTA NATURAL
VIE	PURÉ DE ESPINACAS CON GARBANZOS ENSALADA DE ARROZ FRUTA NATURAL	SOPA DE PESCADO VUELTAS DE CERDO CON ENSALADA DE ESPARRAGOS FRUTA NATURAL	CREMA DE ALUBIAS BLANCAS PASTA INTEGRAL CON PAVO, CEBOLLA, PIMIENTO Y ZANAHORIA CON SALSA DE TOMATE NATURAL Y QUESO RAYADO FRUTA NATURAL	CREMA DE ESPINACAS TORTILLA DE PAPAS CON TOMATES A LA CATALANA FRUTA NATURAL	