

HIPERCOLESTEROLEMIA

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar	#REF! #REF! #REF!		1 Crema de zanahoria Garbanzos con verduras Pollo al horno con cous cous Fruta	2 Vichyssoise (sin lácteos) Arroz de secreto con calabaza y setas Merluza al horno con verduras Yogur	3 Coca de trampó Lentejas con verduras Pollo al horno con verduras Fruta
Comida / Dinar	6 Ensalada permitida Macarrones con tomate y verduras Gallineta a la plancha con verduras Fruta	7 Hummus de garbanzos Sopa de ave Pollo al horno con tomate Fruta	8 Nachos** con queso Alubias blancas con verduras Tortilla francesa con queso Yogur	9 Ensalada Crema de verduras Lomo plancha con patatas Fruta	10 Tosta con tomate Arroz a la cubana Pescado horno con ensalada Fruta
Comida / Dinar	13 Tosta con jamón Puré de calabaza Lomo plancha con ensalada Fruta	14 Ensalada de temporada Espirales a la italiana con queso Merluza a la plancha con brócoli Fruta	15 Hummus de berenjena Arroz a banda Tortilla francesa con ensalada Fruta	16 Ensalada de temporada Pasta con tomate y verduras Bacalao a la plancha con verduras Fruta	17 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Pollo al horno con mazorca Yogur
Comida / Dinar	20 Tomate con queso Crema de guisantes Pavo a la plancha con arroz Fruta	21 Berenjenas asadas especiadas Caracolas con calabaza Abadejo al horno con tomate y pimiento Yogur	22 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pollo asado con patatas Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Calamares con tomate Fruta	24 Ensalada de temporada Garbanzos con verduras Tortilla francesa con queso fresco Fruta
Comida / Dinar	27 Verduras de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con patatas Fruta	28 Crema de zanahoria Espaguetis integrales napolitana con queso Merluza al horno con judías verdes Fruta	29 Ensalada permitida Fabada vegetal Tortilla de queso con ensalada Fruta	30 Bastoncitos de zanahoria con queso crema Sopa minestrone Pollo al horno con manzana Fruta	31 Tosta de guacamole Arroz negro Solomillo con verduras Postre permitido

