

RECOMENDACIÓN DE CENAS		PARGA Y LOPEZ				noviembre-25			
LUNES	3	MARTES	4	MIERCOLES	5	JUEVES	6	VIERNES	7
NO LECTIVO		VERDURAS		PASTA / ARROZ		VERDURAS		PASTA / ARROZ	
		PESCADO CON PATATAS		POLLO CON ENSALADA		HUEVO CON ENSALADA		CERDO CON VERDURAS	
		YOGUR		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
FESTIVO		PASTA / ARROZ		VERDURAS		PASTA / ARROZ		VERDURAS	
		PESCADO CON ENSALADA		HUEVO CON ENSALADA		TERNERA CON VERDURAS		PESCADO CON PATATAS	
		FRUTA		FRUTA		FRUTA		YOGUR	
LUNES	17	MARTES	18	MIERCOLES	19	JUEVES	20	VIERNES	21
PASTA / ARROZ		VERDURAS		VERDURAS		PASTA / ARROZ		LEGUMBRE	
PESCADO CON ENSALADA		POLLO CON ENSALADA		CERDO CON ARROZ		HUEVO CON VERDURAS		PESCADO CON PATATAS	
YOGUR		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA	
LUNES	24	MARTES	25	MIERCOLES	26	JUEVES	27	VIERNES	28
LEGUMBRE		PASTA / ARROZ		VERDURAS		PASTA / ARROZ		VERDURAS	
PESCADO CON ENSALADA		POLLO CON ENSALADA		HUEVO CON PATATAS		PESCADO CON ENSALADA		TERNERA CON ARROZ	
FRUTA		FRUTA		YOGUR		FRUTA		FRUTA	