

DIABÉTICA 1800 KCAL (Pasta y arroz integrales)

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
10	Lentellas vexetais	Palometa á prancha c/ ensalada 4	Froita
11	Crema de porros	Tenreira asada c/ arroz	logur desnatado 7
12	Pasta c/ tomate 1	Pescada á prancha c/ ensalada 4	Froita
13	Alubias vexetais	Tortilla francesa con ensalada 3	logur desnatado 7
14	Crema de cabaza	Polo prancha c/ pasta salteada 1	Froita
17	Garavanzos vexetais	Lomo prancha c/ ensalada	Froita
18	Crema de cabaciña	Bacallau prancha c/ pasta salteada 1	Froita
19	Sopa de pasta 1	Polo asado c/ ensalada	logur desnatado 7
20	Crema de cenorias	Tortilla francesa c/ tomate 3	Froita
21	Coliflor salteada	Pavo á prancha c/ patacas	logur desnatado 7
24	Alubias vexetais	Polo prancha c/ tomate asado	logur desnatado 7
25	Sopa de pasta 1	Tenreira asada c/ ensalada	Froita
26	Lentellas vexetais	Pescada prancha c/ pemento asado 7	logur desnatado 7
27	Xudías salteadas	Pavo prancha c/ pasta salteada 1	Froita
28	Crema de verduras	Lomo asado c/ patacas	logur desnatado 7
31	Crema de cabaza	Polo prancha c/ patacas	logur desnatado 7

