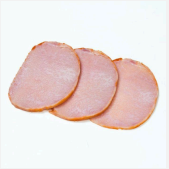
DIETA PRINCIPAL				
Hoy es lunes, 23 de junio	Hoy es martes, 24 de junio	Hoy es miércoles, 25 de junio	Hoy es jueves, 26 de junio	Hoy es viernes, 27 de junio
Primer plato: Bacalao dorado	FESTIVO	Primer plato: Arroz a la cubana.	Primer plato: Crema de calabaza.	Primer plato: Menestra de verduras.
Segundo plato: Pollo asado y calabacín.		Segundo plato: Nuggets y zanahoria.	Segundo plato: Caldereta de cerdo y patatas.	Segundo plato: Lomo relleno y calabacín
Postre: Fruta.		Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.

DIETA BAJA EN CALORÍAS				
Hoy es lunes, 23 de junio	Hoy es martes, 24 de junio	Hoy es miércoles, 25 de junio	Hoy es jueves, 26 de junio	Hoy es viernes, 27 de junio
Primer plato: Bacalao dorado	FESTIVO	Primer plato: Arroz a la cubana.	Primer plato: Crema de calabaza.	Primer plato: Menestra de verduras.
Segundo plato: Pollo asado y calabacín.		Segundo plato: Pollo y zanahoria.	Segundo plato: Caldereta de cerdo y patatas.	Segundo plato: Lomo y calabacín
				
Postre: Fruta.		Postre: Yogurt.	Postre: Fruta.	Postre: Yogurt.