|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Aexpainba Menú Bajo calorías JUNIO 2025 | | | | |
| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
| 02 | 03 | 04 | 05 | 06 |
| Primer plato: Lentejas.  Segundo plato: Lomo y calabacín.  Postre: Fruta. | Primer plato: Crema de verduras.  Segundo plato: Albondigas y champiñones.  Postre: Yogurt. | Primer plato: Arroz con pollo.  Segundo plato: Merluza y calabacín.  Postre: Fruta. | Primer plato: Ensalada completa.  Segundo plato: Pollo asado y champiñones.  Postre: Fruta. | Primer plato: Patatas con carne.  Segundo plato: Lomo con ensalada.  Postre: Fruta. |
| 09 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| Primer plato: Judías blancas.  Segundo plato: Tortilla y fiambre.  Postre: Fruta. | Primer plato: Judías verdes con jamón.  Segundo plato: Caldereta y patata.  Postre: Fruta. | Primer plato: Arroz con tomate.  Segundo plato: Alitas de pollo (x6) y zanahoria.  Postre: Yogurt. | Primer plato: Crema de verduras.  Segundo plato: Merluza en salsa verde y calabacín  Postre: Fruta. | Primer plato: Gazpacho con guarnición.  Segundo plato: Bacalao en salsa verde y champiñones.  Postre: Yogurt. |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Primer plato: Arroz con pollo.  Segundo plato: Caella plancha y calabacín.  Postre: Fruta. | Primer plato: Lentejas.  Segundo plato: Lomo y champiñones.  Postre: Fruta. | Primer plato: Ensalada campera.  Segundo plato: Panini y ensalada  Postre: Yogurt. | Primer plato: Ensalada cesar.  Segundo plato: Pollo plancha y patata.  Postre: Fruta. | Primer plato: Pasta salteada.  Segundo plato: Tortilla y fiambre.  Postre: Yogurt. |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| Primer plato: Bacalao dorado  Segundo plato: Pollo asado y calabacín.  Postre: Fruta. | FESTIVO | Primer plato: Arroz a la cubana.  Segundo plato: Pollo y zanahoria.  Postre: Yogurt. | Primer plato: Crema de calabaza.  Segundo plato: Caldereta de cerdo y patatas.  Postre: Fruta. | Primer plato: Menestra imperial.  Segundo plato: Lomo y calabacín  Postre: Yogurt. |
| 30 |  |  |  |  |
| Primer plato: Arroz 3 delicias.  Segundo plato: Merluza y champiñones.  Postre: Fruta. |  | . |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Primer plato** | | **Segundo plato** | | **Guarnición** | | **Postre** | |
| **Nombre**  **de la comida** | **Imagen**  **de la comida** | **Nombre**  **de la comida** | **Imagen**  **de la comida** | **Nombre**  **de la comida** | **Imagen**  **de la comida** | **Nombre**  **de la comida** | **Imagen**  **de la comida** |
| Garbanzos |  | Lomo plancha |  | Patata asada | maxresdefault-removebg-preview | Yogurt | yogur-sabor-fresa-clesa-x4-removebg-preview |
| Crema de verduras | OIP__2_-removebg-preview | Pollo plancha |  | Ensalada |  | Fruta | descargar__1_-removebg-preview |
| Macarrones  con tomate |  | Merluza plancha |  | Berenjenas |  | Gelatina |  |
| Lentejas |  | Lomo empanado |  | Huevos  y salchichas. | desayuno-con-los-huevos-fritos-y-las-salchichas-16848242-removebg-preview |  |  |
| Bacalao dorado |  | Tortilla |  | Calabacín |  |  |  |
| Ensalada  de pasta | ensalada-de-pasta-con-atun-maiz-surimi-huevo-3-removebg-preview | Adobo |  | Champiñones |  |  |  |
| Arroz  a la cubana | arroz_con_tomate-removebg-preview | Albóndigas | albondigas-en-salsa-especial-removebg-preview | Pisto |  |  |  |
| Fideuá |  | Menestra |  | Picadillo  de tomate |  |  |  |
| Alubias blancas |  | Guisantes | descargar__3_-removebg-preview | Paninni Pl | l |  |  |