

## PLAN DE MINUTAS – RESIDENCIA UNIVERSITARIA

		PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	GUARNICION
L 15	Almuerzo	<u>Crema de verduras</u> Sopa de mariscos	<u>Pescado frito</u> con mojo Emincee Strogonoff	<u>Verduras al horno</u> Papas sancochadas
	Cena	<u>Caldo de cilantro</u> Ensalada variada	<u>Pollo en salmorejo</u> Salchichas cocidas	<u>Arroz blanco</u>
M 16	Almuerzo	<u>Potaje de verduras</u> Coditos a la Napolitana	<u>Pollo al ajillo</u> Pescado empanado	<u>Verduras cocidas</u> Papas al horno
	Cena	<u>Puré de espinacas</u> Ensalada variada	<u>Hamburguesa plancha</u> Arroz tres delicias	Papas fritas
X 17	Almuerzo	<u>Gazpacho</u> Espaguetis con jamón	<u>Redondo de pavo asado</u> San Jacobos	<u>Pimientos asados</u> Papas fritas
	Cena	<u>Macarrones al orégano</u> Sopa de picadillo	Tortilla española <u>Albóndigas a la casera</u>	<u>Zanahoria baby</u>
J 18	Almuerzo	<u>Rehogado de lentejas</u> Sopa de pescado	<u>Bondiola asada</u> Calamares a la Romana	Papas panaderas <u>Ensalada</u>
	Cena	Verduras cocidas <u>Sopa de estrellitas</u>	<u>Entrecot a la casera</u> Atún en adobo	<u>Tomate al ajillo</u>
V 19	Almuerzo	<u>Garbanzada</u> Caldo de millo	Empanadillas <u>Pechuga d pavo plancha</u>	Papas gajo <u>Ensalada verde</u>
	Cena	<u>Rehogado de guisantes</u> Sopa de fideos	<u>Pescado al horno</u> Pechuga empanada	<u>Ensalada mixta</u>
S 20	Almuerzo	<u>Potaje de berros</u> Sopa de carne	<u>Chuletas de cerdo</u> Varitas de merluza	<u>Judías a la vinagreta</u> Papas panaderas
	Cena	Pisto manchego <u>Crema de zanahorias</u>	<u>Paella mixta</u> Churros de pescado	<u>Crudités de verduras</u>
D 21	Almuerzo	<u>Potaje de verduras</u> Ensalada de arroz	<u>Muslo de pollo asado</u> Tortilla española	<u>Tomate al ajillo</u> Papas al horno
	Cena	<u>Ensalada variada</u> Fideua	<u>Pescado a la plancha</u> Carne en salsa	<u>Papas sancochadas</u>

- Los platos subrayados son los recomendados en una dieta saludable.
- Postre en el almuerzo : Postre lácteo o fruta natural
- Postre en la cena : Fruta natural o Fruta en almíbar
- Este menú puede sufrir algún cambio por causas ajenas a nuestra voluntad.