

ESTE MES COMEMOS... CE MOIS-CI NOUS MANGEONS...

RECOMENDACIÓN PARA LA CENA PROPOSITIONS POUR LE DÎNER



<p><u>TODOS LOS DÍAS</u></p> <p>Fruta o lácteo Pan opcional</p>	<p><u>TOUS LES JOURS</u></p> <p>Fruit ou dessert lacté Pain</p>			
<p><u>LUNES 8</u> Hervido de brócoli Chuleta de pavo adobada</p> <p><u>LUNDI 8</u> Bouillon de brocoli Escalope de dinde marinée</p>	<p><u>MARTES 9</u> Puré de guisantes Salmón al horno con verduras asadas</p> <p><u>MARDI 9</u> Velouté de petits pois Pavé saumon au four / légumes au four</p>	<p><u>MIÉRCOLES 10</u> Salteado de calabacín Fletán a la plancha con perejil</p> <p><u>MERCREDI 10</u> Sauté de courgette Fletán grillé au persil</p>	<p><u>JUEVES 11</u> Espinacas rehogadas Tortilla de york</p> <p><u>JEUDI 11</u> Epinards sautées Omelette au jambon cuit</p>	<p><u>VIERNES 12</u> Escalopin de lomo con ensalada</p> <p><u> VENDREDI 12</u> Échine de porc/ Salade</p>
<p><u>LUNES 15</u> Hervido valenciano Bacaladilla a la plancha</p> <p><u>LUNDI 15</u> Bouillon « valenciano » Merlan bleu grillé</p>	<p><u>MARTES 16</u> Endivias aliñadas Raviolis</p> <p><u>MARDI 16</u> Salade d'endives Raviolis</p>	<p><u>MIÉRCOLES 17</u> Ensalada de canónigos, tomate y frutos secos Berenjenas rellenas</p> <p><u>MERCREDI 17</u> Salade de canons, tomate et noix Aubergine farcie</p>	<p><u>JUEVES 18</u> Crema de zanahoria Merluza en salsa verde</p> <p><u>JEUDI 18</u> Velouté de carottes Colin en sauce vert</p>	<p><u>VIERNES 19</u> Ensalada valenciana Tortilla francesa con pisto casero</p> <p><u> VENDREDI 19</u> Salade valencienne Omelette</p>
<p><u>LUNES 22</u> Arroz tres delicias Pescadilla a la plancha</p> <p><u>LUNDI 22</u> Riz trois délices Merlan grillé</p>	<p><u>MARTES 23</u> Ensalada valenciana Gnocchi a la romana</p> <p><u>MARDI 23</u> Salade Valencienne Gnocchi à la romaine</p>	<p><u>MIÉRCOLES 24</u> Ensalada de escarola Tortilla de champiñones</p> <p><u>MERCREDI 24</u> Salade frisé Omelette aux champignons</p>	<p><u>JUEVES 25</u> Menestra de verduras Atún a la plancha con tomate aliñado</p> <p><u>JEUDI 25</u> Jardinière des légumes Thon grillé / salade de tomate</p>	<p><u>VIERNES 26</u> Hervido de acelgas Solomillitos de pollo al limón</p> <p><u> VENDREDI 26</u> Bouillon de bettes Poulet au citron</p>
<p><u>LUNES 29</u> Coliflor salteada Tortilla de queso</p> <p><u>LUNDI 29</u> Chou-fleur sautée Omelette au fromage</p>	<p><u>MARTES 30</u> Guisantes salteados Lenguadina a la plancha</p> <p><u>MARDI 30</u> Petits pois sautées Sole grillé</p>	<p><u>MIÉRCOLES 31</u> Sopa de fideos Ternera plancha con ensalada</p> <p><u>MERCREDI 31</u> Soupe de vermicelles Veau grillé/Salade</p>		

