



## DIETA SIN SAL/SÉSAMO

**JUNIO DE 2025**

	<i>1º Plato</i>	<i>2º Plato</i>
<u>LUNES 2</u>	<b>Coliflor con patata al pimentón</b>	Lacón a la gallega con cachelos
<u>MARTES 3</u>	<b>Calabacín plancha</b>	Cinta de lomo plancha
<u>MIÉRCOLES 4</u>	<b>Brócoli al ajillo</b>	Filete de pollo a la plancha
<u>JUEVES 5</u>	<b>Acelgas con patata</b>	Rosada en su jugo
<u>VIERNES 6</u>	<b>Menestra de verduras con ajo</b>	Revuelto de champiñón
<u>LUNES 9</u>	<b>Arroz con verduras</b>	Filete de gallineta plancha
<u>MARTES 10</u>	<b>Escalibada de verduras</b>	Lomo al ajillo
<u>MIÉRCOLES 11</u>	<b>Crema de verduras frescas</b>	Merluza plancha
<u>JUEVES 12</u>	<b>Espárragos trigueros a la plancha</b>	Filete de pollo en su jugo
<u>VIERNES 13</u>	<b>Judías verdes rehogadas con ajitos</b>	Filete de pavo plancha
<u>LUNES 16</u>	<b>Ensalada de pimiento y patata</b>	Cinta de lomo plancha
<u>MARTES 17</u>	<b>Repollo al pimentón</b>	Filete de pavo al ajillo
<u>MIÉRCOLES 18</u>	<b>Espinacas salteadas</b>	Revuelto de ajetes
<u>JUEVES 19</u>	<b>Brócoli con aceite de oliva</b>	Merluza plancha
<u>VIERNES 20</u>	<b>Crema de puerros</b>	Filete de pollo a la plancha
<u>LUNES 23</u>	<b>Arroz con champiñones</b>	Rosada plancha
<u>MARTES 24</u>	<b>Alcachofas salteadas</b>	Lomo plancha con padrón
<u>MIÉRCOLES 25</u>	<b>Ensalada campera</b>	Filete de pollo a la plancha
<u>JUEVES 26</u>	<b>Champiñón con aceite de oliva</b>	Merluza plancha
<u>VIERNES 27</u>	<b>Guisantes con ajo</b>	Filete de pavo plancha
<u>LUNES 30</u>	<b>Coliflor rehogada con ajo</b>	Revuelto de trigueros

**IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes**

