

PROPUESTAS CENAS DICIEMBRE - VEGETARIANO

LUNES	2	MARTES	3	MIÉRCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES	6
Ensalada de lentejas		Revuelto de huevo con setas y brócoli		Guiso express de alubias		Tortilla francesa con coliflor y calabaza salteadas			
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Pasta integral con boloñesa de soja texturizada		Huevos rellenos con ensalada		Ensalada de garbanzos con queso fresco y espinacas		Ensalada de tomate con maíz y pavo a la plancha		Ensalada de hélices de lentejas rojas con espinacas, pimiento asado y zanahoria rallada	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Falafel con salsa de yogur y ensalada		Repollo con patatas y huevo cocido con ajada		Paella con tofu y verduras		Salteado de brócoli con huevo a la plancha		Ensalada con fruta de temporada y tosta de revuelto de huevo con setas	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
LUNES	30	MARTES	31	MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	