

# CAMPAMENTO PINTO DIETA SIN HUEVO

SEPTIEMBRE 2011

## JUEVES 01

Arroz blanco salteado con pollo  
Filete de magro (NO adobado) a la  
plancha con ensalada  
Yogur natural o sabores

## VIERNES 02

Pasta (sin trazas de huevo) con salsa  
de tomate natural  
Filete de tilapia a la plancha con  
ensalada  
Fruta

## LUNES 05

Pisto natural con patatas cocidas (sin  
huevo)  
Caballa a la plancha con ensalada  
Fruta

## MARTES 06

Fideos (sin trazas de huevo) salteados  
con verduras  
Cinta de lomo fresca (NO adobada) a  
la plancha con ensalada  
Yogur natural o sabores

## MIÉRCOLES 07

Guisantes salteados con patata (sin  
fiambres ni embutidos)  
Filete de pollo a la plancha  
Fruta

## JUEVES 08

Sopa de fideos (caldo natural  
vegetal) (fideos sin trazas de  
huevo)  
Ternera a la plancha con patatas  
fritas (NO prefritas)  
Fruta

## VIERNES 09

Ensalada verde con patata cocida  
Filete de merluza a la plancha  
Fruta