

CAMPAMENTO PINTO DIETA SIN HUEVO SIN PESCADO

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
Muslitos de pollo asados en su jugo
con ensalada
Fruta

LUNES 05

Pisto natural con patatas cocidas (sin
huevo)
Pechuga de pavo (NO fiambre) 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 magro (NO adobado) a la
plancha con ensalada
Fruta