

RECOMENDACIONES CENAS Mayo 2026

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|---|---|--|
| <p>4</p> <p>Pisto manchego Salteado de pimientos y cerdo</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>5</p> <p>Tomate aliñado Hojaldre de bonito</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>6</p> <p>Judías verdes con patata Revuelto de champi</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>7</p> <p>Ensalada de garbanzos Dorada a la espalda</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>8</p> <p>Berenjenas gratinadas Quiche de jamón</p> <p>Fruta/yogur</p> |
| <p>11</p> <p>Vichysoisse Tortilla con calabacín</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>12</p> <p>Champiñones rellenos Salmón con limón</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>13</p> <p>Menestra de verduras Albóndigas jardinera</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>14</p> <p>Wok de brócoli y gambas Revuelto con queso</p> <p>Fruta/yogur</p> | |
| <p>18</p> <p>Tomate con aguacate Tortilla de patatas</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>19</p> <p>Verduras al horno Gallo plancha con patata</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>20</p> <p>Crema de coliflor Muslitos de pollo garam massala</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>21</p> <p>Ensalada de canónigos Lentejas con verduritas</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>22</p> <p>Pastel de verduras Sardinas al horno</p> <p>Fruta/yogur</p> |
| <p>25</p> <p>Judías verdes con patata Chipirones en su tinta</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>26</p> <p>Crema de calabaza Ternera con pimientos</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>27</p> <p>Ensalada de quinoa Tortilla de calabacín y cebolla</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>28</p> <p>Ensalada de tomate Pollo al ajillo</p> <p>Fruta/yogur</p> | <p>29</p> <p>Graten de verduras Salmón con soja</p> <p>Fruta/yogur</p> |