

MENÚ DE TARTERA

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Legumbres/Legumes Pescado / Fish Fruta / Fruit	Verdura/Vegetables Carne / Meat	Arroz / Rice Pollo / Chicken Fruta / Fruit	Legumbres/Legumes Carne / Meat Fruta / Fruit	Pasta / Pasta Pescado / Fish Fruta / Fruit
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Verdura/Vegetables Pollo / Chicken Fruta / Fruit	Arroz / Rice Pescado / Fish Fruta / Fruit	Verdura/Vegetables Carne / Meat Fruta / Fruit	Pasta / Pasta Pescado / Fish Fruta / Fruit	Legumbres/Legumes Carne / Meat Fruta / Fruit
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Verdura/Vegetables Carne / Meat Fruta / Fruit	Arroz / Rice Pescado / Fish Fruta / Fruit	Legumbres/Legumes Pavo / Turkey Fruta / Fruit	Pasta / Pasta Pescado / Fish Fruta / Fruit	Verdura/Vegetables Carne / Meat Fruta / Fruit
LUNES 31				
Verdura/Vegetables Carne / Meat Fruta / Fruit				

NOTA IMPORTANTE: Por favor, evitad **sopas, purés y lentejas** ya que son alimentos que fermentan con mucha facilidad.