

# MENÚ SAN ROMÁN MARZO

BAJO EN CALORÍAS

<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Pasta Corta con Salsa Fileto  Fruta de Estación	Bifecitos a la Plancha con Ensalada de Zanahoria y Huevo  Fruta de Estación	Risotto con Pollo y Vegetales  Fruta de Estación	Merluza Rebozada con Ensalada Tricolor  Ensalada de Frutas	Pollo al Verdeo con Ensalada de Papa y Tomate  Gelatina Diet
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Spaghetitis con Bechamel Diet  Fruta de Estación	Pechuguitas con Salsa de Espinaca con Arroz Yamani  Flan de Vainilla Diet	Pastel de Papas (Carne y Lentejas) con Tomate al Orégano  Fruta Cítrica	Pollo al Estragón con Ensalada Tricolor  Mix de Frutas con Salsa de Yogurt	Cerdo al Limón con Puré de Calabaza  Fruta de Estación
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Pasta Corta con Salsa Parisiene Diet  Fruta de Estación	Risotto con Pollo y Vegetales  Banana	Lomo de Cerdo a la Barbacoa con Calabazas Doré  Postre de Chocolate Diet	Merluza Rebozada con Ensalada de Tomate y Albahaca  Ensalada de Frutas con Topping de Granola	Carne al Horno con Ensalada de Hojas Verdes Ranch  Postre Flan Diet
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	Spaghetitis con Salsa Crema y Jamón Diet  Ensalada de Frutas con Salsa de Yogurt	Wok Oriental con Carne y Arroz Integral Diet  Fruta de Estación	Bifes a la Criolla con Ensalada  Gelatina Diet
<b>30</b>	<b>31</b>	<b>DISEÑO MENÚ:</b> Lic. Nutrición Gabriela Solari M.N 4052 - Médica Romina Panzino 138652 <b>CONTACTO:</b> lymgourmet16@gmail.com		
Ravioles de Verdura con Salsa Fileto Diet  Fruta de Estación	Suprema con Arroz Saborizado y Vegetales  Fruta de Estación			