

# ■ MENÚ SEMANAL DE CASA

Semana del 18/02/2026

## ■ CRISTINA

*Menú Casa de Cristina*

DÍA	COMIDA	CENA
Lunes	Albóndigas con salsa de tomate y patatas fritas	Croquetas
Martes	Purrusalda con jamón	Hamburguesa con patatas fritas
Miércoles	Pisto de calabacín y berenjenas	Proteína
Jueves	Coliflor con bechamel y queso rallado	Pollo al curry con nata y pure de patata
Viernes	Guisantes con jamón	Filete de pollo empanado con patatas fritas
Sábado	Crema e espinacas con bechamel	Filete de cerdo empanado
Domingo	Crema de calabacín con quesitos	Merluza frita con patatas

# ■ MENÚ SEMANAL DE CASA

Semana del 18/02/2026

## ■ MARISA

Menú Asiático Semana 1

DÍA	COMIDA	CENA
Lunes	Arroz Tres Delicias	Sopa Miso
Martes	Pollo Teriyaki	Rollitos Primavera
Miércoles	Pad Thai de Verduras	Edamame al Vapor
Jueves	Sushi Variado	Ensalada Asiática
Viernes	Fideos Yakisoba	Gyozas al Vapor
Sábado	Curry Rojo Tailandés	Sopa de Wonton
Domingo	Arroz Frito con Gamba	Tataki de Atún