

# Weekly Menu



	Day 1	Day 2
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"><li>- Scones de manzana y canela</li><li>- Bizcocho de limón con yogur</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pan tostado con aceite y tomate natural triturado</li><li>- Pan integral con aceite</li></ul>
Lunch	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sofrito de garbanzos y calabacín a la menta</li><li>- Atún al horno</li><li>- Flan de kéfir con frutas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mejillones en ensalada</li><li>- Cintas de calabacín rellenas de tomate, olivas y queso de cabra</li><li>- Granizado con miel</li></ul>
Snack	<ul style="list-style-type: none"><li>- Yogur natural con cereales y fresas</li><li>- Scones de manzana y canela</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kéfir con melocotón y cereales integrales</li><li>- Magdalena de queso y fresa</li></ul>
Dinner	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pan de pita con paté de berenjena</li><li>- Brochetas de tomates cherry</li><li>- Caprichos de piña</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ensalada de garbanzos con comino</li><li>- Alcachofas y tomates</li><li>- Tarta de chocolate</li></ul>