

Weekly Menu



	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4
Breakfast	- Leche con cereales - Bizcocho de harina de maíz	- Compota de manzana - Pan integral con aceite y tomate natural	- Leche desnatada - Pan con requesón y mermelada	- Pan con aceite y queso fresco - Pan con jamón y tomate natural
Lunch	- Hummus de calabacín y macadamia - Tallarines al pesto - Gazpacho de melocotón	- Ensalada naranja - Conejo guisado - Melocotón en almíbar	- Hinojo braseado - Pizzas con alcachofas y pesto - Cake con pasas	- Tortilla de patata con queso - Arroz con alcachofas - Tarta de nuez sin harina
Dinner	- Tarta de cerezas - Semillas de calabaza tostadas - Pastel de higos frescos	- Ensalada de espinacas, manzana y queso - Pastel de verduras - Esponjoso de chocolate	- Sopa de alubias con verduras - Berenjena asada con crema de cerezas - Bizcocho de harina de maíz	- Croquetas de arroz al curry - Berenjenas al horno - Flan de manzana