

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Breakfast	- Tortitas de arroz con miel - Zumo de naranja natural	- Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite - Yogur natural con cereales y fresas	- Bizcocho de limón con yogur - Tortitas de arroz con jamón cocido	- Batido de higos y avena - Magdalenas con anís	- Bocado de chocolate - Té
Lunch	- Soufflé de patata a los tres quesos - Vichyssoise	- Tortilla de queso - Ensalada naranja (calabaza) - Mango amarillo	- Ensalada de tomate y palmitos en salsa - Lomo de conejo de corral con jalea de romero - Budín de pan	- Crudités con salsa - Brochetas de tomates cherry - Macedonia de frutas	- 'Sushis' sencillos de jamón y queso - Mejillones con salsa verde - Manzana
Snack	- Pan de cereales con aceite y tomate - Tarta de nueces, zanahoria y naranja	- Ciruelas pasas - Scones de manzana y canela	- Pan integral con aceite - Bizcocho casero	- Leche desnatada - Barrita de cereales "ligera"	- Leche de soja con cereales sin lactosa - Yogur desnatado con nueces y trocitos de manzana
Dinner	- Pan de pita con paté de berenjena - Patatas rellenas de queso fresco - Arroz con leche	- Berenjenas al horno - Setas rellenas - Cuajada con miel	- Salteado de calamar y cebolla roja - Patatas rellenas de queso fresco - Puré de orejones con miel	- Camarones con nueces - Ratatouille - Budín de pan	- Ensalada de aguacate, cebolla y tofu - Pisto - Flan de calabaza