

# Weekly Menu



|           | Monday                                                                                                                                                                                                    | Tuesday                                                                                                                                                                        | Wednesday                                                                                                                                                  | Thursday                                                                                                                                               | Friday                                                                                                                                                                                      | Saturday                                                                                                                                                                         |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Breakfast | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Biscotes con queso fresco</li> <li>- Caqui</li> </ul>                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur sin lactosa con muesli casero</li> <li>- PANQUEQUES</li> </ul>                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarta de nueces, zanahoria y naranja</li> <li>- Yogur desnatado con nueces y trocitos de manzana</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bizcocho de zanahoria</li> <li>- Tostaditas Nutritivas</li> </ul>                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur con cereales</li> <li>- Biscotes integrales con mermelada</li> </ul>                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- PASTEL DE BONIATO BLANCO Y YOGUR</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>                                               |
| Lunch     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de templada de cogollos y mojama con vinagreta de frutos secos y granada</li> <li>- Albóndigas de champiñones</li> <li>- Macedonia de frutas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de patata, manzana y rúcula</li> <li>- Pizza con jamón, pera y gorgonzola</li> <li>- Tarta de chocolate líquido</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de manzana y fresas</li> <li>- Bacalao con espinacas</li> <li>- Zanahoria Dulce</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Skordaliá</li> <li>- Palitos de berenjena crujientes</li> <li>- Higos con salsa de frambuesa</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada fresca con frutas</li> <li>- Lasaña de calabacín con bechamel</li> <li>- Fresas con mascarpone</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de escarola con olivas negras y naranjas</li> <li>- Pollo al jerez con manzana y pasas</li> <li>- Calabaza glaseada</li> </ul> |
| Snack     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falsa Nocilla ??</li> <li>- PANECILLOS SIN HIDRATOS</li> </ul>                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan de molde sin lactosa con tofu y rodajas de tomate</li> <li>- Zumo de manzana, almendra y anacardo</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Batido de manzana y piña</li> <li>- Pan con aceite y jamón serrano</li> </ul>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan integral con requesón y mermelada</li> <li>- Plátano</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mango amarillo</li> <li>- Bizcocho con mermelada</li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Batido de higos y avena</li> <li>- Pan integral con aceite y tomate natural</li> </ul>                                                  |
| Dinner    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coliflor al cabrales</li> <li>- Ensalada de colores con arroz y verduras</li> <li>- Pastel de queso, naranja y miel</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada con melón, germinados y parmesano</li> <li>- Patatas rellenas de queso fresco</li> <li>- Mousse rápida de naranja</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berenjenas rellenas de verduras</li> <li>- Calabaza frita con salsa de soja</li> <li>- Sandía al limón</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pastel de berenjenas</li> <li>- Berenjenas en salsa de amapolas</li> <li>- Zumo de naranja natural</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Judías verdes con salsa de almendras y berberechos</li> <li>- Berenjena asada con crema de cerezas</li> <li>- Tarta sin masa de cerezas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada naranja (salmón)</li> <li>- Guiso de verduras</li> <li>- Tarta de cerezas</li> </ul>                                           |