

# Weekly Menu

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche desnatada con cereales integrales</li> <li>- Leche de soja con cereales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur desnatado con ciruelas pasas</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de sandía y piña</li> <li>- Tostaditas Nutritivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan integral con miel</li> <li>- Pomelo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melocotón</li> <li>- Pan con queso fresco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sandía al limón</li> <li>- Yogur con fruta</li> </ul>
Lunch	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brochetas de langostinos con salsa de tomate</li> <li>- Panga a la naranja con arroz</li> <li>- Calabaza glaseada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de Lombarda</li> <li>- Curry de calabaza y patata</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de lentejas y setas</li> <li>- Bacalao con espinacas</li> <li>- Sandía al limón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras rellenas con salsa de nueces</li> <li>- Bacalao a la italiana</li> <li>- Cake de limón y semillas de amapola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sopa de pollo con fideos/ bolitas de semola</li> <li>- Alubias con tomate</li> <li>- Plátano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cardos a la aragonesa</li> <li>- Lasaña de verduras</li> <li>- Mango amarillo</li> </ul>
Snack	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche desnatada</li> <li>- Batido de albaricoque y ciruela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barrita de cereales "ligera"</li> <li>- Pan con aceite y queso fresco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mandarina</li> <li>- Yogur desnatado con cereales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melón</li> <li>- Yogur sin lactosa con muesli casero</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan integral con aceite</li> <li>- Cereales sin azúcar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pera</li> <li>- Yogur con fruta</li> </ul>
Dinner	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espinacas con pasas y piñones</li> <li>- Calabacines gratinados con queso</li> <li>- Limonada de piña</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Langostinos al coco con ensalada de pepino</li> <li>- Ensalada de colores con arroz y verduras</li> <li>- Bebida de melón y albaricoque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tricolor de verduras</li> <li>- Setas rellenas</li> <li>- Caqui</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Carpaccio de tofu</li> <li>- Estofado de calabacín</li> <li>- Mandarina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de tomate</li> <li>- Guiso de verduras</li> <li>- Tarta de chocolate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Medallones de apio con cebolla dulce y queso</li> <li>- Alcachofas al limón</li> <li>- Piña</li> </ul>