

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast	- Rosquillas de miel sin gluten - Barrita de cereales ""ligera""	- Galletas Violeta - Rosquillas de miel sin gluten	- Yogur desnatado natural, cereales y fresas - Pan con tomate	- Galletas Violeta - Biscotes con requesón y mermelada	- Zumo de pomelo - Bizcocho de limón con yogur	- Pan con queso fresco - Biscote multicereales con mermelada de ciruelas	- Galletas sin lactosa - Batido de manzana y piña
Lunch	- Cogollos con atún y huevo duro - Guisantes a la menta - Caprichos de piña	- Garbanzos con mango - Escalopes al marsala - Higos con salsa de frambuesa	- Pisto de calabacín - Pizza de harina integral y semillas de lino rellena con requesó - Manzana	- Ensalada de alfalfa, pomelo y uvas - Pizza de harina integral y semillas de lino rellena con requesó - Gelatina con trozos de pera	- Ensalada de palmito y melón - Gratinado de tofu con patata y berenjena - Zumo de fruta natural	- Sopa crema de brócoli con semillas de calabaza especiadas - Verdura al horno con crema de garbanzos - Helado de limón	- Salteado de zanahorias y albahaca - Berenjenas rellenas - Cuajada de fresa
Dinner	- Ensalada de garbanzos con comino - Cintas de calabacín rellenas de tomate, olivas y queso de cabra - Tarta de chocolate	- Sopa de crema de espinacas - Tomates confitados - Batido de plátano y kiwi	- Judías verdes con salsa de almendras y berberechos - Patatas rellenas de queso fresco - Sorbete de cava naranja y limón	- Champiñones rellenos de dátiles y jamón - Berenjenas en conserva - Gelatina de cava con fresa	- Pimientos rellenos de garbanzos y verduras - Guisantes a la menta - Kiwi	- Patatas al vapor en papillote - Pencas de acelga en salsa rubia - Cuajada de fresa	- Ensalada de mango y piñones - Pastel de verduras - Flan de calabaza