

# Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caqui</li> <li>- Biscotes con queso fresco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bocadillo integral de jamón cocido</li> <li>- Pan integral con aceite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de pomelo con miel</li> <li>- Zumo de pomelo con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tortitas de arroz con jamon de pavo</li> <li>- Queso Burgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche con cereales integrales</li> <li>- Pan con aceite y jamón serrano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Té</li> <li>- Batido de albaricoque y ciruela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de zanahoria y naranja</li> <li>- Melón</li> </ul>
Lunch	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Láminas de calabacín con verduras (sin sal)</li> <li>- Tortilla de espárragos trigueros</li> <li>- Espaguetis con almejas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de apio y nueces</li> <li>- Hamburguesa de pavo</li> <li>- Granizado con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de zanahoria con mejillones</li> <li>- Emperador al pesto</li> <li>- Compota de manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guisantes salteados con jamón</li> <li>- Pasta de colores con atún</li> <li>- Sorbete de sandía al cava</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras rellenas de arroz integral con salsa de nueces</li> <li>- Semillas de calabaza tostadas</li> <li>- Yogur con fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada con queso de cabra y vinagreta a la menta</li> <li>- Cintas con setas</li> <li>- Crema de manzana ligera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Timbal de berenjena con pescado y tomate</li> <li>- Emperador al vino blanco</li> <li>- Flan de canela</li> </ul>
Snack	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manzana</li> <li>- Leche desnatada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cereales sin azúcar</li> <li>- Pan de cereales con aceite y tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite</li> <li>- Compota de manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macedonia de frutas</li> <li>- Queso Burgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuajada con miel</li> <li>- Zumo de pomelo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomelo</li> <li>- Melón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uvas</li> <li>- Leche de soja con cereales</li> </ul>
Dinner	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de Lombarda</li> <li>- Salteado de garbanzos con espinacas frescas piñones y pasas</li> <li>- Puré de orejones con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berenjenas al horno</li> <li>- Berenjenas marinadas con rúcula, orégano y albahaca</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de calabacín</li> <li>- Calabacines gratinados con queso</li> <li>- Mandarina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomates confitados</li> <li>- Cuscús con pasas</li> <li>- Flan de pasas y nueces al ron</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de apio,pera y canela</li> <li>- Barquitas germinadas</li> <li>- Melocotones con yogur y vinagre de módena</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de tomate</li> <li>- Calabacines con aliño de avellanas</li> <li>- Helado de té</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de boniato y judías verdes</li> <li>- Brochetas de tomates cherry</li> <li>- Calabaza glaseada</li> </ul>