

Weekly Menu

 **consum**
Juntos es cooperativa

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"> - Batido de albaricoque y ciruela - Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite 	<ul style="list-style-type: none"> - Pan con queso fresco - Pan con aceite 	<ul style="list-style-type: none"> - Zumo de pomelo - Galletas María 	<ul style="list-style-type: none"> - Zumo de fruta natural - Vainillas 	<ul style="list-style-type: none"> - Zumo de zanahoria y naranja - Zumo de naranja natural
Lunch	<ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de queso fresco y berenjena - Lomo de cerdo con limón - Piña caramelizada 	<ul style="list-style-type: none"> - Zumo bicolor de comino, col roja, remolacha, brócoli y pera - Espaguetis con salmón (ligeros) - Macedonia de papaya y naranja 	<ul style="list-style-type: none"> - Calabaza frita - Pollo guisado - Melón a la menta con yogur 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa de crema de espinacas - Lubina con verduras - Kiwi 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema fría de apio a la naranja - Pasta con tofu marinado - Manzana asada
Snack	<ul style="list-style-type: none"> - Yogur con cereales - Tortitas de arroz con pechuga de pavo 	<ul style="list-style-type: none"> - Cereales sin azúcar - Queso Burgos 	<ul style="list-style-type: none"> - Macedonia de frutas - Zumo de zanahoria y naranja 	<ul style="list-style-type: none"> - Leche desnatada - Biscotes con requesón y mermelada 	<ul style="list-style-type: none"> - Pan de cereales con tofu y rodajas de tomate - Tarta de nueces, zanahoria y naranja
Dinner	<ul style="list-style-type: none"> - macarrones a mi manera - Brochetas de tomates cherry - Budín de pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate - Verduras asadas con aliño de cítricos - Bebida de melón y albaricoque 	<ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de boniato y judías verdes - Puré de calabacín - Crema de cacao light 	<ul style="list-style-type: none"> - Langostinos al tomate con alcachofas - Ensalada fresca con frutas - Corona de frutas rojas con menta y jalea de hibisco 	<ul style="list-style-type: none"> - Musaka vegetal - Tempura de verduras con harina de arroz - Macedonia de papaya y naranja