

# Weekly Menu



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