

# Weekly Menu



	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pan de cereales con tofu y rodajas de tomate</li><li>- Macedonia de frutas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mango amarillo</li><li>- Caqui</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pan de molde sin lactosa con chóp de pavo</li><li>- Vainillas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Melocotón</li><li>- Bebida de fresa y sandía</li></ul>
Lunch	<ul style="list-style-type: none"><li>- Salsa de pimientos</li><li>- Alubias con tomate</li><li>- Batido de yogur y canela</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Habitas con jamón ibérico y vinagreta</li><li>- Alcachofas al limón</li><li>- Caqui</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Crema fría de apio a la naranja</li><li>- Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuetes</li><li>- Pomelo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Timbales de calabacín con atún</li><li>- Hamburguesas de calabacín</li><li>- Mousse de tofu con ciruelas</li></ul>
Snack	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pan sin lactosa con aceite de oliva</li><li>- Ciruelas pasas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Batido Energético</li><li>- Pan de molde sin lactosa con tofu y rodajas de tomate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zumo de sandía y piña</li><li>- Caqui</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Para seliacos</li><li>- Pan de molde sin lactosa con tofu y rodajas de tomate</li></ul>
Dinner	<ul style="list-style-type: none"><li>- Rollitos de espinacas con jamón</li><li>- Berenjenas rellenas de verduras</li><li>- Batido de plátano y kiwi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ensalada fresca con frutas</li><li>- Cintas de calabacín rellenas de tomate, olivas y queso de cabra</li><li>- Mousse de mora, manzana y naranja</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sopa de apio,pera y canela</li><li>- Berenjenas al horno</li><li>- Zumo de naranja natural</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bruschetta de polenta, hongos y morrones</li><li>- Ensalada de colores con arroz y verduras</li><li>- Sandía al limón</li></ul>