

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Breakfast	- Pan con requesón y mermelada sin azúcar - Infusión de menta fresca y miel	- ?? PATE DE SARDINAS EN FILETE ?? - Zumo de fruta natural	- Barrita de cereales ""ligera"" - Cereales sin azúcar	- Pan con aceite y queso fresco - Fresas	- Pan con jamón y tomate natural - Batido de manzana y piña
Lunch	- Escalibada - Tierra y mar - Mousse rápida de naranja	- Carpaccio de melón con almendras y parmesano - Pizza rellena vegetariana - Compota de manzana	- Semillas de calabaza tostadas - Arroz a banda - Zanahoria Dulce	- PUERROS ASADOS CON SALSA DE PIMIENTOS Y MEJILLONES EN ESCABECHE - Cintas de calabacín rellenas de tomate, olivas y queso de cabra - Zumo de naranja natural	- pollo con patatas guisado - Filetes de lenguado con zanahorias baby - Gelatina con trozos de pera
Dinner	- Zumo chispeante de zanahoria, kiwi, pimiento amarillo, jengibre - Verduras a la plancha - Zumo de naranja natural	- Bolitas de mijo y espinacas - Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuetes - Crema de cacao light	- Ensalada de la huerta con vinagreta de mandarina - Guiso de champiñones y tomates con olivada - Gelatina con trozos de pera	- Guisantes salteados - Albóndigas de champiñones - Piña colada	- Ensalada de boniato y judías verdes - Berenjenas rellenas de verduras - Cake de limón y semillas de amapola