

# Weekly Menu

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan con requesón y miel</li> <li>- Uvas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bebida de fresa y sandía</li> <li>- Pan de cereales con tofu y rodajas de tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tostada con mantequilla y mermelada</li> <li>- Leche desnatada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sandía al limón</li> <li>- Melón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uvas</li> <li>- Barrita de cereales "ligera"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bocado integral de chocolate negro</li> <li>- Yogur con muesli y trocitos de albaricoque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bizcocho de chocolate sin gluten</li> <li>- Galletas de cereza y avellanas</li> </ul>
Lunch	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa Minestrone</li> <li>- Ensalada de lentejas con huevos de codorniz</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbanzos con mango</li> <li>- Conejo con patatas y almendras</li> <li>- Flan de manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Flan de espinacas</li> <li>- Salmón escalfado con confitura de ajos, romero y nueces</li> <li>- Melón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Albóndigas de champiñones</li> <li>- Brochetas de solomillo de cerdo con pimientos</li> <li>- Bizcochos de naranja y chocolate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salteado de calamar y cebolla roja</li> <li>- Potaje de garbanzos, acelgas, huevo y jamón</li> <li>- Zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras al vapor con all i oli de piñones</li> <li>- Alubias con tomate</li> <li>- Flan de kéfir con frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbanzos jardinera</li> <li>- Tarta de champiñones</li> <li>- Flan de dulce de leche</li> </ul>
Snack	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan integral con aceite y queso fresco</li> <li>- Pan tostado con aceite y tomate natural triturado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche con cacao</li> <li>- Batido de plátano y kiwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bocado integral de queso</li> <li>- Magdalenas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batido de yogur con naranja y manzana</li> <li>- Bizcocho casero</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche con cacao</li> <li>- Galletas Violeta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche de soja con cereales</li> <li>- Pan integral con rodajas de tomate y jamón serrano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bizcocho con mermelada</li> <li>- Ciruelas pasas</li> </ul>
Dinner	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Remolachas confitadas con hierbas aromáticas</li> <li>- Salsa de pimientos</li> <li>- Cake de zanahoria y chocolate (sin gluten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de gambas</li> <li>- Cuscús con pasas</li> <li>- Puré de orejones con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chipirones salteados con habitas</li> <li>- Hinojo braseado</li> <li>- Mousse de chocolate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berenjenas al horno</li> <li>- Semillas de calabaza tostadas</li> <li>- Puré de orejones con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Montaditos de berenjena</li> <li>- Ensalada de colores con arroz y verduras</li> <li>- Melón al yogur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras asadas con aliño de cítricos</li> <li>- Espárragos con almendras</li> <li>- Cuajada con cereales, miel y nueces</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Patatas rellenas de queso fresco</li> <li>- Ensalada de espinacas, manzana y queso</li> <li>- Cake de limón y semillas de amapola</li> </ul>