

Weekly Menu



	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4
Lunch	- Guiso de verduras - Muslos de pollo en salsa - Naranja	- Guiso de champiñones y tomates con olivada - Cinta lomo de cerdo con puré de manzana - Peras y frambuesas	- Ensalada de lentejas con huevos de codorniz - Solomillo relleno de roquefort - Tarta de chocolate negro con arándanos	- Gambas con guisantes y patatas - Curry de garbanzos y arroz - Fresas con mascarpone
Snack	- Pan integral con aceite y jamón serrano - Pan con aceite y jamón serrano	- Pan de cereales con aceite y tomate - Sándwich integral de paté de atún	- Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite - Yogur sin lactosa con muesli casero	- Bocadillo integral de queso - Pan integral con salmón ahumado