

Weekly Menu



	Day 1	Day 2
Breakfast	- Scones de manzana y canela - Bizcocho de limón con yogur	- Pan tostado con aceite y tomate natural triturado - Pan integral con aceite
Lunch	- Sofrito de garbanzos y calabacín a la menta - Atún al horno - Flan de kéfir con frutas	- Mejillones en ensalada - Cintas de calabacín rellenas de tomate, olivas y queso de cabra - Granizado con miel
Snack	- Yogur natural con cereales y fresas - Scones de manzana y canela	- Kéfir con melocotón y cereales integrales - Magdalena de queso y fresa
Dinner	- Pan de pita con paté de berenjena - Brochetas de tomates cherry - Caprichos de piña	- Ensalada de garbanzos con comino - Alcachofas y tomates - Tarta de chocolate