

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Breakfast	- Yogur desnatado natural, cereales y fresas - Scones de queso sin gluten	- Galletas de avena y manzana - Caqui	- Galletas Violeta - Yogur con fruta	- Bocadillo integral de jamón cocido - Pan de oro	- Pan con aceite y jamón serrano - Pan con aceite	- Galletas sin lactosa - Batido de avena, higos, bebida de soja y limón
Lunch	- Ensalada de boniato y judías verdes - Piquillos rellenos de tortilla de patata - Cuajada de fresa	- Tostas de requesón y anchoas - Ensalada de apio, lechuga y nueces - Sandía al limón	- Calabaza frita con salsa de soja - Lentejas rojas con champis - Puré de orejones	- Ensalada de Lombarda - Paella de pollo y conejo - Flan de manzana	- Rollitos de jamón y piña - Chateaubriand - Melón a la menta con yogur	- Pastel de verduras - Hamburguesa de pavo - Mini bizcochos de mandarina y semillas de amapola
Snack	- Té frío - Bizcocho casero	- Tortitas de arroz con miel - Tostaditas Nutritivas	- Yogur desnatado natural, cereales y fresas - Pan con aceite y jamón serrano	- Cake de limón y semillas de amapola - Pan sin lactosa con aceite de oliva	- Bizcocho sin gluten de plátano y albaricoques - Pan integral con aceite y tomate natural	- Zumo de manzana, almendra y anacardo - Leche
Dinner	- Ensalada de pasta con pollo - Patatas rellenas de queso fresco - Arroz con leche	- Ensalada valenciana - Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuetes - Brownies de cacao y remolacha	- Souffle de cangrejo - Tomates confitados - Sorbete de cava naranja y limón	- Caldo de pollo con verduras - Berenjenas en salsa de amapolas - Mousse de cerezas	- Croquetas de pescado con zanahoria rallada - Ensalada de espinacas, manzana y queso - Tarta de queso con naranjas y chocolate	- Crema de calabaza y castañas con semillas de sésamo - Alcachofas y tomates - Merengues con frutas del bosque