

Weekly Menu



	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4
Lunch	- Guiso de verduras - Coca de verduras - Peras y frambuesas	- Pastel de berenjenas - Cordero al horno con verduras - Buñuelos especiados de patata dulce y plátano	- Tortilla de patatas sin huevo - Patatas al vapor en papillote - Flan de calabaza	- Verduras rellenas con salsa de nueces - Berenjenas al horno - Bebida de melón y albaricoque
Dinner	- Ensalada de judías verdes y tomate con aliño de anchoas - Verduras a la plancha - Compota de mangos y arándanos con costra	- Ensalada de calabacín - Guisantes salteados - Ensaladilla de frutas tropicales	- Verduras rellenas de arroz integral con salsa de nueces - Escalibada - Naranja	- Ensalada con queso de cabra y vinagreta a la menta - Salteado de garbanzos con espinacas frescas piñones y pasas - Sorbete de mango