

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast	- Biscotes con requesón y mermelada - Café	- Batido Energético - Batido de yogur desnatado y canela	- PANECILLOS SIN HIDRATOS - Rosquilletas diferentes	- Pan integral con aceite - Muffins de queso y jamón	- Melocotón - Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite	- Queso Burgos - Leche desnatada	- Sándwich integral de paté de atún - Magdalenas con anís
Lunch	- Pisto - Alcachofas y tomates - Caqui	- Crema de lechuga con almendras - Macarrones con pisto gratinados - Sandía al limón	- Pisto - Tempura de verduras - Cheesecake diferente	- Almejas con alcachofas - Potaje de berros al cilantro - Zumo de fruta natural	- Ensalada de judiones - Pasta con salsa de piñones y almendras - Gelatina de vino con fruta	- Judías verdes con tomate y pimentón - Libritos de lomo - Espuma de limón	- Escalibada - Guisado de ternera - Fresas con zumo de naranja natural
Snack	- Pan integral con aceite y jamón serrano - Magdalena de queso y fresa	- Tortitas de arroz integral con jamón de pavo - Batido de higos y avena	- Café - Almendras	- Bol con yogur natural, cereales integrales y fresas - Tostada de pan integral de aceitunas	- Cuajada con cereales integrales, miel y nueces - Bizcocho sin gluten de plátano y albaricoques	- Pan de cereales con aceite y tomate - Bizcochos de naranja y chocolate	- Bizcocho de chocolate sin gluten - Cake de café y nueces
Dinner	- Coca de olivas, tomate y cebolla - Berenjenas al horno - Sandía	- Crema de yogur y pepino con estragón - Salsa de pimientos - Peras al vino con miel	- Guisantes salteados con jamón - Guiso de verduras - Batido de yogur y canela	- Rollo de calabacines - Salteado de garbanzos con espinacas frescas - Piñones y pasas - Puré de orejones con miel	- Verduras al vapor con all i olli de piñones - Curry de calabaza y patata - Tarta de nuez sin harina	- Calabaza especiada - Berenjenas al horno - Frutos rojos con gelatina de queso	- Ensalada de apio, lechuga y nueces - Patatas rellenas de queso fresco - Licuado de granada, manzana, uva, caqui y lima