

Weekly Menu



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Breakfast	- Yogur con copos de avena - Ciruelas pasas	- Galletas sin lactosa - Zumo de naranja natural	- Tostaditas Nutritivas - Pan integral con queso fresco	- Leche desnatada - Bizcocho casero sin gluten	- Tostadas de pan tipo molde con queso fresco y aceite - Cereales sin azúcar
Lunch	- Pinchos marineros - Pechugas de pavo con verduras - Mandarina	- Crema fría de apio a la naranja - Hamburguesas de calabacín - Macedonia de frutas	- Crema de champiñones y puerros - Ensalada de Lombarda - Cuajada de fresa	- Ensalada de arroz - Cous cous de brócoli con pechugas de pollo - Cake de limón y semillas de amapola	- Ensalada de legumbres - Medallones de ternera con costra de aceitunas - Melón al oporto
Dinner	- Sopa de crema de espinacas - Berenjenas rellenas de verduras - Bebida de melón y albaricoque	- ensalada - Tortitas de calabaza - Puré de orejones	- Coliflor al microondas - Berenjena asada con crema de cerezas - Sorbete de cava naranja y limón	- Rollo de calabacines - Judías verdes con salsa de almendras y berberechos - Flan de canela	- Tortitas de tofu con puré de manzana - Guiso de champiñones y tomates con olivada - Cake de limón y semillas de amapola