Menú **Semanal**

consum
Juntos es cooperativa

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno	- Pan de oro - Yogur con fruta	- Biscotes integrales con queso fresco - Caqui	- Bizcocho de limón con yogur - Seitán con almendras	- Batido de lima, yogur y leche - Melón	- Yogur desnatado - Bizcocho de harina de maíz
Almuerzo	- Soufflé de brócoli - Calabacines con aliño de avellanas - Bavarois de fresa	- Brochetas de tomates cherry - Lentejas con calabaza y zanahoria - Sabayón de naranja al jengibre	- Ensalada de berros, manzana y queso - Cassoulet de alubias rojas - Zumo de naranja natural	- Crema de puerros y peras - Seitán con almendras - Cheesecake diferente	- Ensalada de judiones - Hojaldre de verduras - Sandía al limón
Merienda	- Zumo de zanahoria y naranja - Melón	- Bol con yogur natural, cereales integrales y fresas - Leche de soja	- Pan con requesón y mermelada - Scones de queso sin gluten	- Zumo de piña y uva - Zumo de manzana, almendra y anacardo	- Bizcocho rojo sin gluten - Yogur con muesli casero sin gluten
Cena	- Panecillos de ajo - Tomates confitados - Brownies de cacao y remolacha	- Musaka vegetal - Escalibada - Manzana	- Crema de champiñones y puerros - Guisantes a la menta - Tarta de limón	- Ensalada de queso feta y tomates al pesto - Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuetes - Pomelo	- Ensalada de alfalfa, pomelo y uvas - Espinacas con pasas y piñones - Pudding de arroz con puré de frutas