

# Menú Semanal



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mandarina</li> <li>- Kiwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plátano</li> <li>- Tortitas de arroz con jamón cocido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur con fruta</li> <li>- Batido de plátano y kiwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tortitas de arroz con pechuga de pavo</li> <li>- Té frío</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur con muesli casero sin gluten</li> <li>- Mandarina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuajada con miel</li> <li>- Té</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuajada con miel</li> <li>- Tortitas de arroz con pechuga de pavo</li> </ul>
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estofado de calabacín</li> <li>- Arroz integral al horno con verduras y pasas</li> <li>- Ensaladilla de frutas tropicales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de garbanzos</li> <li>- Burguer plancha</li> <li>- Kiwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada variada con vinagreta tibia</li> <li>- Pollo guisado</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada naranja</li> <li>- Remolachas confitadas con hierbas aromáticas</li> <li>- Zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salteado de zanahorias y albahaca</li> <li>- Tortilla de calabacín</li> <li>- Calabaza glaseada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de calabacín</li> <li>- Verduras rellenas con salsa de nueces</li> <li>- Flan de canela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de garbanzos con comino</li> <li>- Berenjenas rellenas de verduras</li> <li>- Mousse rápida de naranja</li> </ul>
Merienda	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Snack Helado De Yogurt Y Plátano</li> <li>- Batido de yogur con naranja y manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yogur desnatado con ciruelas pasas</li> <li>- Melocotón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batido de manzana y piña</li> <li>- Manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de sandía y piña</li> <li>- Queso Burgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de pomelo con miel</li> <li>- Té frío</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plátano</li> <li>- Zumo de pomelo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de pomelo</li> <li>- Bizcocho casero sin gluten</li> </ul>
Cena	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mix de melón y gorgonzola</li> <li>- Ensalada de espinacas, manzana y queso</li> <li>- Lasaña de berenjenas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calabacines con aliño de avellanas</li> <li>- Berenjenas al horno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hummus de calabacín y macadamia</li> <li>- Láminas de calabacín con verduras (sin sal)</li> <li>- Uvas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejillones en ensalada</li> <li>- Carpaccio de calabacines</li> <li>- Fresas con zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollitos de salmón con paté de aceitunas</li> <li>- Curry de calabaza y patata</li> <li>- Melón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espárragos con almendras</li> <li>- Láminas de calabacín con verduras (sin sal)</li> <li>- Uvas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras rellenas con salsa de nueces</li> <li>- Salteado de garbanzos con espinacas frescas piñones y pasas</li> <li>- Manzana</li> </ul>