

Menú Semanal

 **consum**
Juntos es cooperativa

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