

# Menú Semanal

 **consum**  
Juntos es cooperativa

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batido de manzana y piña</li> <li>- Tostaditas Nutritivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macedonia de frutas</li> <li>- Tortitas de arroz con jamón cocido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumo de piña</li> <li>- Zumo de pomelo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kéfir con melocotón y cereales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melón</li> <li>- Biscotes con requesón y mermelada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melocotón</li> <li>- Pan de cereales con rodajas de tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Galletas de avena y manzana</li> <li>- Naranja</li> </ul>
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomates confitados</li> <li>- Lomo de cerdo con alcaparras</li> <li>- Batido de plátano y kiwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras asadas con aliño de cítricos</li> <li>- Hamburguesa de pescado</li> <li>- Merengues con frutas del bosque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alcachofas al limón</li> <li>- Pasta con verduritas</li> <li>- Sandía al limón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de judías verdes</li> <li>- Hamburguesa de soja</li> <li>- Zumo de fruta natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Falafel tradicional</li> <li>- Lubina con verduras</li> <li>- Gelatina de cava con fresa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de tomate</li> <li>- Barquitas germinadas</li> <li>- Uvas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cardos a la aragonesa</li> <li>- Pasta con tofu marinado</li> <li>- Corona de frutas rojas con menta y jalea de hibisco</li> </ul>
Cena	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berenjenas en salsa de amapolas</li> <li>- Calabacines con aliño de avellanas</li> <li>- Melón al oporto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada fresca con frutas</li> <li>- Tempura de verduras</li> <li>- Melocotón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de zanahoria y pomelo</li> <li>- Guiso de verduras</li> <li>- Zumo de naranja natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuuetes</li> <li>- Ensalada de calabacín</li> <li>- Mousse rápida de naranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de garbanzos con comino</li> <li>- Guiso de champiñones y tomates con olivada</li> <li>- Granizado con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada</li> <li>- Salsa de pimientos</li> <li>- Sandía</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calabacines con aliño de avellanas</li> <li>- Brócoli a la plancha con vinagreta de cacahuuetes</li> <li>- Ensaladilla de frutas tropicales</li> </ul>