

# Menú Semanal

 **consum**  
Juntos es cooperativa

	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4
Merienda	- Pan integral con aceite - Batido de avena, higos, bebida de soja y limón	- Piña - Zumo de pomelo	- Batido de manzana y piña - Batido de albaricoque y ciruela	- Almendras - Ciruelas pasas
Cena	- Montaditos de berenjena - Salsa de pimientos - Esponjoso de chocolate	- Crema de lentejas y setas - Patatas al vapor en papillote - Bizcocho sin gluten de plátano y albaricoques	- Judías verdes con tomate y pimentón - Guiso de champiñones y tomates con olivada - Compota de mangos y arándanos con costra	- Tostada de queso feta y aceitunas - Judías verdes con salsa de almendras y berberechos - Peras al vino con miel