

Menú Setmanal



	Dia 1	Dia 2	Dia 3	Dia 4
Desdejuni	- Compota de poma - Llet de soja	- Iogurt desnatat amb prunes seques - Caqui	- Batut de poma i pinya - Taronja	- Infusió de menta fresca i mel - Suc de pomelo
Dinar	- Ensalada de Quinoa y mango - Estofat de carabasseta - Meló d'Alger	- Calamarsons en tinta - Ensalada de tomata - Meló d'alger amb llima	- Ensalada d'alfals, pomelo i raïm - Sardines a la planxa amb tomaques de cirera - Puré d'orellanes	- Anxoves sobre llit de pimentons - Pasta de verdures amb salsa de tomaca - Ensalada de fruites tropicals
Berenar	- Batut de plàtan i iogurt - Pera	- Suc de pomelo - Batut de plàtan i iogurt	- Pinya - Plàtan	- Batut de plàtan i iogurt - Maduixa
Sopar	- Esalada d'escarola amb olives negres i taronja - Verdures farcides amb salsa d'anous - Liquat de magrana, poma, raïm, caqui i llima verda	- Crema freda d'api amb taronja - Puré de carabasseta - Puré d'orellanes amb mel	- Pinchos mariners - Mandonguilles de xampinyons - Iogurt amb fruita	- Entrepà de tonyina amb olives - Làmines de carabasseta amb verdures (sense sal) - Caqui