

MENÚ SEMANAL

JUNIO 2018



DESAYUNO

COMIDA

CENA

LUNES

Tostadas con
mermelada de pepino
Puñado de arándanos
Vaso de leche o café

Calabacines rellenos de
carne picada

Gazpacho de cerezas
Merluza a horno

MARTES

Rodaja de melón
Coca de San Juan
Vaso de bebida de
avena

Sopa de fideos
Croquetas de pulpo

Ensalada de calabacín
con frambuesas
Filete de pollo a la
plancha

MIÉRCOLES

Cuenco de fresas
Brownie vegano sin
azúcar
Vaso de leche o café

Pasta con verduras y
salmón

Hamburguesas veganas
de calabacín y
garbanzos

JUEVES

Bundt cake de piña
Albaricoques
Vaso de leche o café

Sopa minestrone
Tortilla a la francesa

Ensalada de gulas con
aliño de fresas

VIERNES

Smoothie de
frambuesas
Tostada con aceite de
oliva

Curry de lentejas con
arroz

Coca de trampó