



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>DESAYUNO</b>	Leche entera con granola casera Kiwi	Leche entera Pan integral con aguacate y tomate Zummo de naranja	Leche entera con copos de avena Kiwi	Leche entera Tostadas con queso fresco Zummo de naranja	Leche entera con granola casera Kiwi	Leche entera Tostada con aceite de oliva y tomate Zummo de naranja	Leche entera con copos de avena Bol de mandarina y kiwi
<b>MEDIA MAÑANA</b>	Yogur natural con arándanos	Bol de naranja, kiwi y plátano	Yogur natural con anacardos	Yogur natural con arándanos	Yogur natural con fresas	Bol de frutas de pera, naranja y kiwi	Yogur natural con nueces
<b>COMIDA</b>	Sopa de verduritas Salmón a la plancha con patata cocida Fruta de temporada	Calabacín a la plancha Garbanzos con bacalao y espinacas Fruta de temporada	Ensalada de arroz integral y verduras Caballa al horno con verduritas Fruta de temporada	Lentejas con verduras Mini pizzas verdes de calabacín Fruta de temporada	Espaguetis con verduras y trocitos de pollo Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Berenjenas rellenas a la plancha Guisantes con jamón serrano Fruta de temporada	Ensalada de col lombarda con frutos rojos y vinagreta de piñones Filete de ternera a la plancha con pure de patata Fruta de temporada
<b>MERIENDA</b>	Pan integral con queso fresco	Yogur sabor fresa sin azúcares añadidos	Bol de plátano, kiwi y pera	Smoothie de manzana	Pan integral con queso fresco	Yogur sabor limón sin azúcares añadidos	Tostada con crema de cacahuete con plátano
<b>CENA</b>	Crema de champiñones Tortilla francesa con trocitos de jamón serrano Yogur natural	Ensalada de rúcula con salmón ahumado, pera, nueces y pepino Merluza a la plancha con patata cocida Yogur natural	Puré de calabacín y zanahoria Solomillo de pavo a la plancha con verduras y pure de patata Yogur natural	Sopa de fideos Huevos rellenos de aguacate y mejillones Yogur natural	Boniato asado relleno de quinoa, pimiento y queso Lenguado a la plancha con limón y verduritas Yogur natural	Ensalada campera Atún con berenjena y tomatitos Yogur natural	Menestra de verduras Huevos revueltos de setas y gambas Yogur natural