



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>DESAYUNO</b>	Leche entera con copos de avena Zum de naranja	Leche entera con muesli Kiwi	Leche entera con copos de avena Zum de naranja	Leche entera con granola casera Kiwi	Avena con yogur natural, frambuesa y papaya Leche entera	Leche entera con cacao puro y muesli Zum de naranja	Leche entera Tostada integral con queso fresco Zum de naranja
<b>MEDIA MAÑANA</b>	Manzana asada	Yogur natural con anacardos	Yogur natural con arándanos	Yogur sabor limón sin azucares ni edulcorantes	Bol de kiwi, pera y uvas	Yogur natural con pera	Bol de pera, kiwi y plátano
<b>COMIDA</b>	Espinacas a la crema Verdel al horno con patata panadera Fruta de temporada	Garbanzos con espinacas Escalivada de verduras (pimientos y berenjena asados) Fruta de temporada	Arroz integral con calabacín Salmón a la plancha con verduras Fruta de temporada	Guiso de alubias con verduras Berenjenas rellenas al horno Fruta de temporada	Ensalada de pasta integral con verduras Chuletas de cerdo a la manzana con tomate natural Fruta de temporada	Lentejas con verduras Alcachofas con jamón y cebolla Fruta de temporada	Sopa de marisco Filete de ternera a la plancha con ensalada mixta Fruta de temporada
<b>MERIENDA</b>	Yogur natural con arándanos	Frutos secos y pasas	Batido de mango y platano casero	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural con nueces	Plátano y manzana	Yogur natural con anacardos
<b>CENA</b>	Sopa de puerro, apio y cebolla Tortilla francesa con jamón serrano y queso Yogur sabor fresa sin azucares ni edulcorantes	Gazpacho Mero con salsa de naranja y patatas asadas Yogur natural con pera	Fideuá de marisco Solomillo de pavo con verduras a la plancha Yogur natural	Crema de setas Huevos revueltos de gambas, gulas y champiñones Bol de melocotón y fresa	Salteado de brocoli con jamón serrano Dorada al horno con patata panadera Yogur sabor macedonia sin azucares ni edulcorantes	Puré de verduras Cazón al tomate con patata asada Yogur natural	Repollo salteado Huevos rellenos de aguacate y pimientos Yogur sabor limón sin azucares ni edulcorantes