



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Leche entera con cacao puro Tostada integral con aguacate Kiwi	Leche entera con avena y frutos rojos	Leche entera Tostada integral con crema de cacahuete Pera	Leche entera con granola casera y naranja	Leche entera con cacao puro Tostada integral con aguacate Kiwi	Leche entera con avena y frutos rojos	Leche entera Tostada integral con crema de cacahuete y kiwi
MEDIA MAÑANA	Yogur sabor fresa sin azúcares ni edulcorantes	Yogur sabor limón sin azúcares ni edulcorantes	Yogur natural con fruta fresca	Yogur sabor macedonia sin azúcares ni edulcorantes	Yogur sabor fresa sin azúcares ni edulcorantes	Bol de piña, pera y uvas	Yogur sabor fresa sin azúcares ni edulcorantes
COMIDA	Ensalada de pasta y col morada Salmón a la naranja Fruta de temporada	Alubias con almejas Mini pizzas de calabacín Fruta de temporada	Boniato al horno con verduras Caballa al horno con dátiles Fruta de temporada	Lentejas con verduras Coliflor con queso y pimientos Fruta de temporada	Pasta integral con almendras y anchoas Lomo de cerdo a la plancha calabacín Fruta de temporada	Hummus de garbanzos con palitos de zanahoria Berenjena rellena al horno Fruta de temporada	Ensalada de espinacas e higos con miel de naranja Redondo de ternera al horno con patata asada Fruta de temporada
MERIENDA	Plátano y manzana	Compota de manzana	Frutos secos y pasas	Plátano, crema de cacahuete y canela	Manzana con crema de cacao puro	Yogur natural con nueces y pasas	Smoothie de mango y fresa
CENA	Sopa de fideo Tortilla francesa de espinacas Yogur natural sin azúcar	Arroz integral con verduras Lubina en salsa de limón Yogur natural sin azúcar	Puré de calabacín Conejo asado con patatas y champiñones Yogur natural sin azúcar	Huevo poché con gulas, patata y gambas Yogur natural sin azúcar	Brocoli salteado Merluza en salsa verde con zanahoria baby Yogur natural sin azúcar	Crema de puerros Verdel al horno con patata panadera Yogur sabor fresa sin azúcares ni edulcorantes	Menestra de verduras Huevos rellenos de aguacate y mejillones Yogur natural sin azúcar