

MENÚ

SEMANA 1&3

*MENÚ SUJETO A CAMBIOS POR ALERGIAS, INTOLERANCIAS O ALIMENTOS TODAVÍA NO INTRODUCIDOS.
ESTE MENÚ PUEDE SER ADAPTADO PARA VEGETARIANOS.



	MERIENDA 9:30H	COMIDA 12:00H	MERIENDA 16:00H
LUNES	PIEZA DE FRUTA	ENSALADA DE TOMATE FIDEUÁ DE PESCADO YOGUR MORADO	PAN CON MERMELADA
MARTES	PIEZA DE FRUTA	TRAMPÓ LENTEJAS CON SALSA DE TOMATE UVAS EN PALITOS	COCA BOBA
MIÉRCOLES	PIEZA DE FRUTA	SOPA DE ESTRELLITAS ENSALADA FRÍA DE POLLO CON ZANAHORIA CARPACCIO DE MANZANA	MOLLETE DE PA AMB OLI
JUEVES	PIEZA DE FRUTA	ENSALADA FRESCA DE GARBANZOS PIZZA DE BRÓCOLI SOPA DE FRUTAS	PUDDING DE ZANAHORIA
VIERNES	PIEZA DE FRUTA	GAZPACHO REVUELTO DE VERDURITAS LUNAS DE MELOCOTÓN	PAN CON TOMATE

MENÚ DISEÑADO POR LA
COACH NUTRICIONAL



MENÚ

SEMANA 2 & 4

*MENÚ SUJETO A CAMBIOS POR ALERGIAS, INTOLERANCIAS O ALIMENTOS TODAVÍA NO INTRODUCIDOS.
ESTE MENÚ PUEDE SER ADAPTADO PARA VEGETARIANOS.



	MERIENDA 9:30H	COMIDA 12:00H	MERIENDA 16:00H
LUNES	PIEZA DE FRUTA	ENSALADA DULCE DE ESPINACAS CON MANZANA LOMOS DE SALMÓN HORNEADOS CON PATATAS PANADERA TAQUITOS DE SANDÍA	VIANAS CON NOUTELLA
MARTES	PIEZA DE FRUTA	VICHYSOISE DE PERA HABICHUELAS FRESCAS MOUSSE DE FRUTILLA ROJA	MAGDALENAS CON CHIPS DE CHOCOLATE
MIÉRCOLES	PIEZA DE FRUTA	CALDO CON SÉMOLA DE ARROZ SALTEADO DE POLLO CAMPERO BOLITAS DE MELÓN	PAN CON GUACAMOLE
JUEVES	PIEZA DE FRUTA	SALMOREJO DE MELOCOTÓN ESPAGUETIS CON GUIANTES SALTEADOS AL COMINO HELADO DE PLÁTANO	COCA DE ALBARICOQUE
VIERNES	PIEZA DE FRUTA	HUMMUS BLANCO CON NACHOS ENSALADILLA CON HUEVO VASITOS DE ENSALADA DE FRUTAS	SANDWICH VEGETAL

MENÚ DISEÑADO POR LA
COACH NUTRICIONAL

