



#MEQUEDOENCASA  
#TODOESTOPASARÁ  
#VOLVEREMOSCONMÁSFUERZA

COLEVISA

# MENÚ SEMANAL

Del 20 al 26 de abril

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO	Gachas de avena con fruta y pasas	Leche con cacao y tostadas con aceite y sal	Yogur con fruta y avena	Leche y tostadas integrales con tomate y orégano	Gachas de avena con dátiles	Leche y coca casera de naranja con harina integral	Tortitas caseras de plátano con chocolate 85%
ALMUERZO	Brochetas de fruta	Fruta con frutos secos	Galletas caseras	Fruta con pasas y canela	Yogur natural con fruta	Fruta de temporada y frutos secos	Batido de leche con fruta
COMIDA	Ensalada campestre con lentejas - Solomillo de pollo a las finas hierbas - Fruta	Macarrones carbonara - Merluza en salsa verde con pimientos - Fruta	Fabada vegetal - Revuelto de huevo con patata y jamón serrano - Fruta	Ensalada alemana - Arroz de sepia y coliflor - Yogur	Crema de guisantes y zanahoria - Ternera a la plancha con patatas - Fruta	Lasaña vegetal - Tortilla de berenjena - Fruta	Ensalada mixta - Paella valenciana - Naranja con canela
MERIENDA	Buñuelos de calabaza	Palitos de verdura con hummus	Tostada integral con crema de cacao casera	Batido de leche y fruta	Macedonia de frutas	Tosta vegetal	Tostada de jamón
CENA	Judías verdes con tomate - Tortilla de patatas - Fruta	Ensalada de pepino - Crepe de champiñón, tomate y queso - Yogur natural	Cuscús con verduras - Pescado blanco al limón - Fruta	Lechuga tricolor con frutos secos y pasas - Croquetas de legumbres con salsa de yogur - Fruta	Tosta integral con tomate, rúcula y queso fresco - Pescado azul al papillote - Fruta	Chips de boniato y patata al horno - Calabacín relleno de caballa - Fruta	Alcachofas a la plancha - Coca casera de sardinas alicantina - Fruta