#MEQUEDOENCASA
#TODOESTOPASARÁ
#VOLVEREMOSCONMÁSFUERZA

COLEVISA

MENÚ SEMANAL

Del 1 al 7 de junio

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO	Leche y tostadas con aceite y sal	Leche con avena y canela	Tostada integral con tomate	Yogur con avena y fruta	Leche y tostadas con queso frsco	Leche y pastel de zanahoria sin azúcar	Yogur con fruta y frutos secos
ALMUERZO	Brochetas de fruta	Fruta con frutos secos	Batido de leche y fruta	Fruta con pasas	Yogur natural con fruta	Fruta y frutos secos	Batido de leche, vainilla y fruta
COMIDA	Macarrones al aceite de oliva con juliana de verduras - Pescado blanco a la provenzal con brócoli - Fruta	Garbanzos con verduras - Revuelto de huevo con patatas y jamón - Fruta	Ensalada campera de patata - Pollo al curry con piña - Fruta	Ensalada completa - Arroz a la cubana - Yogur	Crema de verduras y legumbres - Goulash de ternera con cous cous - Fruta	Parrillada de verduras - Canelones caseros de tomate y atún gratinados - Fresas con zumo	Ensalada valenciana - Arroz al horno - Fruta
MERIENDA	Galletas caseras de plátano y avena	Yogur con fruta	Leche con canela y limón	Bocadillo integral vegetal	Macedonia de frutas	Manzana con mantequilla de cacahuete	Helado
	20h						
CENA	Guisantes salteados con tomate - Carne blanca a la plancha con calabacín - Fruta	Gazpacho con su guarnición - Pescado azul al horno con verduras al orégano - Yogur natural	Tostada de queso fresco con higos - Tabulé de lentejas - Fruta	Vichyssoise - Pescado blanco al papillote - Fruta	Salteado de verduras - Arepas caseras - Fruta	Salmorejo - Hamburguesa con queso y patatas al chimichurri - Fruta	Escalivada - Sandwich mixto - Fruta