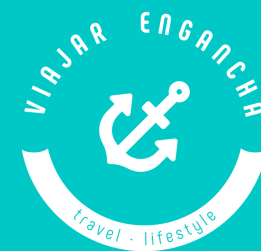


# MENÚ SEMANAL



## LUNES

### Desayuno

2 huevos cocidos,  
aguacate y  
jamón serrano  
Café o infusión

### Comida

Conejo al horno  
con caracoles

### Cena

Sardinas en lata  
Revuelto de  
champiñones

## MARTES

### Desayuno

Tortilla espinacas,  
champis y jamón  
Café o infusión

### Comida

Salmón al horno,  
espárragos plancha  
y puré coliflor.

### Cena

Cascaruja al vapor:  
mejillones,  
berberechos...

## MIÉRCOLES

### Desayuno

Pan harina de coco,  
bacon y aguacate  
Café o infusión

### Comida

Hamburguesa de  
ternera, brócoli

### Cena

Bacalao al horno  
con crema  
de verdura

## JUEVES

### Desayuno

2 huevos revueltos,  
queso leche  
cruda oveja,,  
tomate y apio.  
Café o infusión

### Comida

Ensalada de kale  
con pollo, tomate,,  
aceitunas y  
aguacate.

### Cena

Anchoas con  
tomate  
Ensalada de rúcula  
y canónigos

## VIERNES

### Desayuno

Huevos plancha,  
longanizas pollo y  
aguacate.  
Café o infusión

### Comida

Espaguetis de  
calabacín con carne  
picada.

### Cena

Espárragos  
envueltos en jamón  
Calamar plancha

## SÁBADO

### Desayuno

Pan harina  
almendras, caballa  
en AOVE con  
guacamole.  
Café o infusión

### Comida

Ramen de konjac  
con caldo de  
huesos y  
torreznos.

### Cena

Calabacín al  
horno relleno de  
atún

## DOMINGO

### Desayuno

Huevos poché,  
salmón ahumado,  
tomate y apio.  
Café o infusión

### Comida

Endivias rellenas  
Chuletón de vaca

### Cena

Pizza masa yuca  
con ingredien-  
tes naturales



# MENÚ SEMANAL



LUNES

Desayuno

Comida

Cena

MARTES

Desayuno

Comida

Cena

MIÉRCOLES

Desayuno

Comida

Cena

JUEVES

Desayuno

Comida

Cena

VIERNES

Desayuno

Comida

Cena

SÁBADO

Desayuno

Comida

Cena

DOMINGO

Desayuno

Comida

Cena