











































LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	SÁBADO 24	DOMINGO 25
DESAYUNOS						
Fruta, Leche y Cereales	Fruta, Leche y Cereales	Fruta, Leche y Cereales	Fruta, Leche y Cereales	Fruta, Leche y Cereales	Desayuno fitness	Desayuno goloso con chocolate y bizcocho
1/2 MAÑANA Zumo de frutas Barritas de Cereales FITNESS Bocado pequeño de queso, pavo...						
COMIDA						
 Ensaladas	 Lentejas guisadas con orégano	 Hummus de garbanzos con obleas	 Ensaladas	 Ensaladas	 Ensaladas	 Patatas bravas caseras
 Tronco de carne picada	 Yogur natural	 Huevos gratinados con puré de patatas y espinacas	 Tagliatelle con setas	 Arroz con verduras y setas al parmesano	 Burrito con frijoles y carne	 Atún con salsa Ideal de jengibre
 Fruta del tiempo variada		 Batido de frutas	 Fruta del tiempo variada	 Fruta del tiempo variada	 Yogur natural	 Macedonia de fruta
MERIENDA						
Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales	Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales	Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales	Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales	Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales	Medialunas de hojaldre con frutas y chocolate	Fruta, Yogur, Frutos Secos, Cereales
CENA						
 Crema de guisantes con jamón	 Brocheta de pollo y verduras con salsa de tomate y almendras	 Ensaladas	 Crema de zanahorias a la naranja	 Ensaladas	 Bocaditos de tomate y mozzarella	 Rollitos de pavo con zanahoria con puré verde
 Huevos revueltos con champiñones	 Sopa de tortellini y queso	 Flan de pescado	 Pollo a la vinagreta con ensalada	 Bacalao estilo casero	 Verduras a la plancha	 Piña gratinada
 Yogur natural	 Fruta del tiempo variada	 Fruta del tiempo variada	 Yogur de frutas desnatado	 Peras asadas	 Flan de pera con leche condensada, naranja y limón	