



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	Fruta: pieza de fruta o zumo Tostadas, cereales o bocadillo Café, té o infusión						
Almuerzo	Yogur desnatado o pieza de fruta						
Comida	Verdura al vapor <b>Sardinas en escabeche</b>	Ensalada Pollo a la plancha	Guiso de garbanzos y espinacas	Ensalada <b>Fideuà de bacalao</b>	Berengenas rellenas (con pollo)	Roast beef Grill de patatas y verduritas	Gazpacho <b>Canelones de bacalao</b>
Merienda	Yogur desnatado o pieza de fruta						
Cena	Revuelto de huevos y champiñones	<b>Bacalao al vapor con verduritas</b>	Calabacín salteado Pavo a la plancha	Ensalada de huevo duro, surimi y tomate	Pisto de verduras Atún a la plancha	Sopa de miso Sushi (restaurante)	Puré de verduras Hamburguesa de conejo

