



MENU SEMANAL

Hemisferio
SUR

Hemisferio
NORTE

LUNES

TABBOULEH DE QUINOA

GARBANZOS EN SOPA

MARTES

VERDURAS Y
GARBANZOS CON
SOLOMILLO

VERDURAS Y
GARBANZOS CON
SOLOMILLO

MIÉRCOLES

REMOLACHAS CON
HUMMUS

REMOLACHAS CON
HUMMUS

JUEVES

TORTILLAS DE
GARBANZOS CON
SALSA DE YOGUR Y
ENSALADA COLESLAW

TORTILLAS DE
GARBANZOS CON
SALSA DE YOGUR Y
ENSALADA COLESLAW

VIERNES

PASTEL DE PUERROS

PASTEL DE PUERROS

× PRODUCTOS DE ESTACIÓN ×

CEBOLLA
CHAUCHA

ACELGA
APIO

Planear tus comidas te
ahorran tiempo, dinero y
ganás salud.