



MENU SEMANAL

Hemisferio
SUR

Hemisferio
NORTE

LUNES

MI RECETA PERFECTA

MI RECETA PERFECTA

MARTES

ALBÓNDIGAS DE CARNE
Y ARÁNDANOS

TOFU EN CURRY

MIÉRCOLES

BUDÍN DE ZAPALLITOS
+
ARROZ CON LIMÓN

BUDÍN DE CEBOLLAS

JUEVES

BUDÍN CON TODO LO
QUE SOBRA

BUDÍN CON TODO LO
QUE SOBRA

VIERNES

RISOTTO DE PESTO

RISOTTO DE PERAS Y
COLIFLOR

RECETA

TORTA NEGRA (BASADA EN PLANTAS)

EXTRA

× PRODUCTOS DE ESTACIÓN

ACHICORIA
PLÁTANO

ESCAROLA
MANZANA

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