



# MENU SEMANAL

Hemisferio  
SUR

Hemisferio  
NORTE

## LUNES

TARTA CON RESTOS DE  
ENSALADA Y ARVEJAS  
+  
SOPA DE TALLOS DE  
REMOLACHAS

TARTA DE CALABAZA  
+  
SOPA CREMOSA DE  
HONGOS

## MARTES

BROCHETTE DE PESCADO

BROCHETTE DE PESCADO

## MIÉRCOLES

CAUSA SIN DESPERDICIO  
PLANT BASED

SAMOSAS (INTEGRALES)

## JUEVES

CANELONES DE  
BERENJENA Y BORRAJAS,  
SIN DESPERDICIO

CANELONES DE  
BERENJENA Y BORRAJAS,  
SIN DESPERDICIO

## VIERNES

OMELETTE CON  
VERDURAS ASADAS

OMELETTE CON  
VERDURAS ASADAS

RECETA

TORTA DE HARINA DE TRIGO SARRACENO

EXTRA

## × PRODUCTOS DE ESTACIÓN

PAPA  
GRANADA

PUERRO  
PALTA

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