



# MENU SEMANAL

Hemisferio  
SUR

Hemisferio  
NORTE

## LUNES

PASTEL DE PUERROS

TARTA DE CALABAZA

+  
ENSALADA DE HINOJOS  
Y NARANJAS

## MARTES

PAQUETES DE MERLUZA  
O LENGUADO

PAQUETES DE MERLUZA  
O LENGUADO

## MIÉRCOLES

MILANESAS DE GIRGOLAS

MILANESAS DE GIRGOLAS

+  
ENSALADA DE TRIGO  
BURGOL Y DAMASCOS

+  
ENSALADA DE HOJAS  
VERDES, ACETO Y FRUTAS

## JUEVES

TARTA CON RESTOS DE  
ENSALADA Y ARVEJAS

TARTA CON RESTOS DE  
ENSALADA Y ARVEJAS

## VIERNES

TAPA DE ASADO AL DISCO  
O CACEROLA

TAPA DE ASADO AL DISCO  
O CACEROLA

## × PRODUCTOS DE ESTACIÓN

HINOJO  
MANZANA

REMOLACHA  
UVA

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