



# MENU SEMANAL

Hemisferio SUR

Hemisferio NORTE

## LUNES

SOPA DE POROTOS BLANCOS

MEDALLÓN DE HOJAS DE REMOLACHAS

## MARTES

ALBÓNDIGAS CON PURÉ

ALBÓNDIGAS CON PURÉ

## MIÉRCOLES

TORTILLAS DE GARBANZOS CON SALSA DE YOGUR Y ENSALADA COLESLAW

TOFU MARINADO CON ENSALADA DE PEPINOS Y MENTA- BAJO EN SODIO

## JUEVES

TARTA DE POLLO, ZANAHORIA Y HONGOS

TARTA DE POLLO, ZANAHORIA Y HONGOS

## VIERNES

FIDEOS CON ACELGA

FIDEOS CON ACELGA

RECETA

TORTA DE NARANJAS - BAJA EN AZÚCAR Y GRASAS

EXTRA

## × PRODUCTOS DE ESTACIÓN

COLIFLOR GRANADA

AJO ALBARICOQUE

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