

MENU SEMANAL

Hemisferio
SUR

Hemisferio
NORTE

LUNES

SOPA DETOX VERANO

SOPA DETOX INVIERNO

MARTES

BATIDO DETOX Y
ENSALADA DE QUINOA Y
HOJAS DE MOSTAZA

BATIDO DETOX Y
LENTEJAS CON VEGETALES
DE OTOÑO ASADOS

MIÉRCOLES

ENSALADA DETOX

ENSALADA DETOX

JUEVES

CREPES DE LENTEJAS

CREPES DE LENTEJAS

VIERNES

SOPA FRÍA DE PEPINOS

SOPA FRÍA DE PEPINOS

RECETA

HELADO DE DÁTILES
(SIN AZÚCAR) VEGANO

EXTRA

× PRODUCTOS DE ESTACIÓN

NABO
POMELO

ZUCCHINI
CIRUELA

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