

Menú semanal especial osteoporosis

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Zumo de naranja Tostada con bonito Infusión 4c. Colágeno con mg	Café con leche y cereales integrales Pieza de fruta 4c. Colágeno con mg	Zumo de naranja Tostada con aguacate y salmón ahumado 4c. Colágeno con mg	Café con leche y cereales integrales Pieza de fruta 4c. Colágeno con mg	Tostada con tomate y queso fresco Pieza de fruta 4c. Colágeno con mg	Gachas de avena y cacao puro Pieza de fruta 4c. Colágeno con mg	Zumo de frutas Tostada con jamón Infusión 4c. Colágeno con mg
Yogur con semillas y fruta fresca	Infusión Frutos secos	Yogur con semillas y fruta fresca	Infusión Frutos secos	Yogur con semillas y fruta fresca	Infusión Frutos secos	Yogur con semillas y fruta fresca
3perlas hígado de bacalao Amaranto con verduras salteadas Pechuga de pollo	3perlas hígado de bacalao Escalivada con atún	3perlas hígado de bacalao Ensalada de pasta Pechuga de pollo	3perlas hígado de bacalao Cocido de lentejas con arroz	3perlas hígado de bacalao Coliflor con patata Bistec	3perlas hígado de bacalao Cocido de garbanzos, acelgas y arroz	3perlas hígado de bacalao Ensalada Canelones
Infusión Frutos secos	Infusión Pieza de fruta	Infusión Frutos secos	Infusión Pieza de fruta	Infusión Frutos secos	Infusión Pieza de fruta	Infusión Frutos secos
Crema de calabaza, zanahoria y calabacín Salmón 4c. Colágeno con mg	Brócoli Moniato Hamburguesa 4c. Colágeno con mg	Caldo vegetal con fideos Tortilla de espinacas 4c. Colágeno con mg	Crema de brócoli, patata y cebolla Merluza 4c. Colágeno con mg	Salteado de champiñones con verduras Sardinas 4c. Colágeno con mg	Ensalada verde Pan con tomate Tortilla de patatas 4c. Colágeno con mg	Verdura Patata Lenguado 4c. Colágeno con mg